МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра психології

Допущено до захисту
« » травня 2026 р.
В.о. зав. кафедри
_____ Борис ЯКИМЧУК

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

РОЗВИТОК ВЕРБАЛЬНОГО ТА НЕВЕРБАЛЬНОГО СПІЛКУВАННЯ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Виконала: студентка 4 курсу, П42групи
освітня програма «Психологія»
спеціальності 053 Психологія
Рожкова Анастасія Вікторівна
Керівник: кандидат психологічних
наук, доцент
Ольховецький Сергій Миколайович

Умань− 2026

ЗМІСТ

ВСТУП……3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЕРБАЛЬНОГО ТА НЕВЕРБАЛЬНОГО СПІЛКУВАННЯ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ……6

1.1. Психологічна характеристика старшого шкільного віку ……6

1.2. Поняття вербального і невербального спілкування у психології ….14

1.3. Теоретичні підходи до вивчення розвитку комунікативної сфери підлітків і старшокласників ……...25

1.4. Фактори, що впливають на розвиток вербального та невербального спілкування ……..…38

РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНІ ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ВЕРБАЛЬНИХ І НЕВЕРБАЛЬНИХ НАВИЧОК СПІЛКУВАННЯ У СТАРШОКЛАСНИКІВ..……46

2.1. Аналіз стану сформованості комунікативних умінь у сучасних учнів старшої школи ……...46

2.2. Експериментальна робота з розвитку комунікативних навичок у старшокласників ……..50

2.3. Результати та аналіз ефективності проведеної роботи ……54

ВИСНОВКИ……...63

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……65

ДОДАТКИ……73

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасному суспільстві комунікація є однією з провідних компетентностей, що визначає успішність особистості в навчанні, професійній діяльності та соціальній взаємодії. Для дітей старшого шкільного віку процес формування навичок спілкування має особливе значення, адже саме у цей період відбувається становлення особистісної ідентичності, розвиток самосвідомості та соціальних ролей. Старшокласники активно взаємодіють у шкільному середовищі, позашкільних колективах та у віртуальному просторі, тому якість їхнього вербального та невербального спілкування безпосередньо впливає на ефективність міжособистісних стосунків, успішність навчання, формування культури мовлення та здатність до самопрезентації.

Особливої актуальності проблема набуває в умовах цифровізації освіти та суспільного життя. З одного боку, сучасні школярі мають розширені можливості для комунікації завдяки соціальним мережам та онлайн-платформам, з іншого – зростає ризик поверхневого, формалізованого спілкування, зниження рівня емоційного контакту та емпатії. Водночас невербальні засоби – жести, міміка, інтонація, пози – залишаються важливими індикаторами внутрішнього стану особистості та засобами регуляції взаємин. Недостатній розвиток комунікативної культури може призвести до труднощів у професійному самовизначенні, виникнення конфліктних ситуацій, непорозумінь у спілкуванні та соціальної ізоляції.

Старший шкільний вік є важливим етапом соціалізації особистості, коли юнаки та дівчата активно формують власну систему цінностей, життєві орієнтири та комунікативний стиль. У цей період зростає потреба у самовираженні, визнанні з боку однолітків і дорослих, розвитку навичок ефективної взаємодії у різних соціальних ситуаціях. Саме тому розвиток вербального і невербального спілкування набуває особливого значення для гармонійного особистісного становлення старшокласників.

Проблема комунікації та розвитку комунікативної компетентності особистості привертала увагу багатьох науковців. Різні аспекти спілкування досліджувалися у працях психологів та педагогів, які розглядали його як важливий чинник розвитку особистості, соціальної адаптації та формування міжособистісних відносин. Проте питання розвитку саме вербальних і невербальних компонентів спілкування у старшокласників потребує подальшого теоретичного осмислення та практичного дослідження.

Науковці (І. Бех, Р. Бернс, В. Біда, Л. Тарасюк та ін.) підкреслюють, що виховання культури спілкування є одним із ключових завдань педагогіки та психології. Розвиток вербальних і невербальних навичок у старшокласників сприяє формуванню впевненої, гармонійної, соціально активної особистості, здатної ефективно реалізовуватися у сучасному світі. Саме тому дослідження проблеми розвитку вербального та невербального спілкування у дітей старшого шкільного віку є надзвичайно актуальним як у теоретичному, так і в практичному вимірі.

Мета дослідження – визначити особливості розвитку вербального та невербального спілкування у дітей старшого шкільного віку.

Об’єкт дослідження – процес формування комунікативних умінь у дітей старшого шкільного віку.

Предмет дослідження – вербальні та невербальні засоби спілкування і педагогічні умови їх розвитку у старшокласників.

Відповідно до теми та мети визначено такі **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати теоретичні основи вербального та невербального спілкування в педагогіці та психології.
2. Розкрити психолого-педагогічні особливості розвитку комунікативної сфери дітей старшого шкільного віку.
3. Дослідити рівень сформованості вербальних і невербальних навичок спілкування у старшокласників.
4. Визначити та апробувати ефективні методи і форми роботи, спрямовані на розвиток комунікативної культури учнів.

Методи дослідження. Для досягнення дослідницьких завдань використано такі теоретичні методи:

Теоретичні: аналіз науково-педагогічної літератури, порівняння, узагальнення та систематизація даних щодо проблеми спілкування.

Емпіричні: анкетування та опитування учнів старшої школи, спостереження за їхньою поведінкою у навчальних та позанавчальних ситуаціях, тестування рівня комунікативних умінь.

Експериментальні: педагогічний експеримент із впровадженням комплексу вправ і тренінгів для вдосконалення вербальних та невербальних засобів комунікації.

Експериментальна база дослідження – Уманська гімназія №5 Уманської міської ради Черкаської області. У дослідженні брали участь учні 10–11 класів (25 осіб).

Теоретична значущість роботи полягає у поглибленні розуміння сутності вербальної та невербальної комунікації в підлітковому та юнацькому віці, уточненні педагогічних умов розвитку культури спілкування старшокласників.

Практична значущість дослідження полягає в можливості використання результатів у практиці роботи вчителів, класних керівників, психологів для формування комунікативних навичок школярів; у розробці рекомендацій щодо організації тренінгових занять, рольових ігор, інтерактивних методів, спрямованих на розвиток вербальних і невербальних засобів комунікації.

Публікації. Рожкова А. В. Розвиток вербального та невербального спілкування у дітей старшого шкільного віку. *Спеціальна та інклюзивна освіта: теорія, методика, практика* : матеріали 12-ої Всеукр. наук.- практ. конф. (26 березня 2026 р.). Вип. 11 / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; [голов. ред. І. А. Малишевська ; редкол.: Ю. А. Бондаренко, Л. О. Котлова, О. В. Дудник [та ін.]. Умань : Візаві, 2026 р. 364 с.

.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЕРБАЛЬНОГО ТА НЕВЕРБАЛЬНОГО СПІЛКУВАННЯ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Психологічна характеристика старшого шкільного віку

Старший шкільний вік (15–17 років) є одним із найбільш складних, динамічних та водночас критично важливих етапів онтогенетичного розвитку особистості. У психологічній науці цей період визначається як завершальна фаза підліткового розвитку, на якій відбуваються суттєві якісні зміни у когнітивній, емоційно-вольовій, мотиваційній та соціальній сферах. Характерною особливістю цього віку є поєднання високої інтелектуальної активності з емоційною чутливістю, прагнення до автономії – із потребою у підтримці та визнанні з боку оточення. Старшокласники активно інтегрують накопичений життєвий досвід, намагаються осмислити свої досягнення та помилки, формують власну систему цінностей і морально-етичних переконань. У цей період інтенсивно розгортається процес конструювання особистісної та соціальної ідентичності: підлітки усвідомлюють свої індивідуальні риси, порівнюють себе з іншими, визначають межі власної автономії, шукають відповіді на питання «Хто я?» та «Яким хочу бути в майбутньому?». Паралельно з цим відбувається активне професійне самовизначення – учні аналізують можливі траєкторії подальшого навчання, оцінюють власні інтереси, здібності та перспективи, формуючи основу для майбутнього професійного та особистісного становлення. Сукупність цих процесів робить старший шкільний вік періодом особливої психологічної вразливості та водночас значного потенціалу, коли успішний розвиток залежить від гармонійної взаємодії соціального середовища, індивідуальних особливостей і внутрішніх потреб підлітка [16, с. 210].

Умови сучасного соціокультурного середовища – стрімка цифровізація, інформаційне перенасичення, трансформація традиційних соціальних норм і моделей взаємодії, воєнний контекст та нестабільні економічні умови – істотно впливають на психологічний розвиток старшокласників і визначають особливості їхньої комунікативної поведінки. Постійний доступ до цифрових платформ, соціальних мереж і великого масиву інформації формує нові стилі комунікації, змінює структуру міжособистісних взаємин, сприяє виникненню нових форм самопрезентації, але водночас підвищує ризики емоційної втоми, інформаційної тривожності та поверхневості спілкування. Воєнні реалії та соціальна нестабільність накладають додаткове емоційне навантаження, посилюють потребу в психологічній підтримці й безпеці, роблять комунікацію більш чутливою до невербальних сигналів та емоційних нюансів. У такому контексті дослідження особливостей вербального та невербального спілкування набуває особливої актуальності, оскільки саме комунікативні навички стають ключовим інструментом соціалізації сучасної молоді, впливаючи на їхню здатність до взаємодії, адаптації, самовираження та побудови конструктивних соціальних зв’язків [24, с. 64].

Старший шкільний вік є фазою активної інтелектуальної та особистісної зрілості, коли в розвитку підлітка відбуваються глибокі якісні зміни. У цей час інтенсивно формується абстрактно-логічне та критичне мислення, що дає змогу старшокласникам аналізувати складні явища, робити узагальнення та оцінювати інформацію з різних позицій. Поступово зростає здатність до саморефлексії – учні починають уважніше ставитися до власних дій, думок і почуттів, намагаються зрозуміти мотиви своєї поведінки й відшукати внутрішні закономірності особистісного розвитку. Водночас посилюється потреба в самостійності та автономії, що проявляється у прагненні приймати власні рішення, визначати індивідуальні цілі й не залежати від надмірної опіки дорослих. У цей період активно формується Я-концепція, тобто цілісне уявлення про себе, власні можливості, цінності та життєві орієнтири. Значну роль у цьому процесі відіграють однолітки, які стають важливою референтною

групою: їхня оцінка, підтримка або критика суттєво впливають на самооцінку й соціальну поведінку старшокласників. Поступово зростає прагнення до соціального визнання й самореалізації, що спонукає підлітків шукати способи проявити себе, здобути авторитет, сформувати власний стиль взаємодії та знайти місце в соціальній спільноті [18, с. 55].

Згідно з теорією Ж. Піаже, у старшому шкільному віці підлітки переходять у стадію формальних операцій, яка характеризується здатністю мислити абстрактно та оперувати складними інтелектуальними конструкціями. На цьому етапі формується гіпотетико-дедуктивне мислення, що дозволяє учням висувати гіпотези, будувати припущення та дедуктивно перевіряти їхню логічність. Старшокласники починають вільно оперувати абстрактними поняттями, що відкриває можливість для аналізу складних соціальних, моральних і психологічних явищ. Вони здатні вибудовувати причинно-наслідкові моделі, усвідомлювати взаємозв'язки між подіями та прогнозувати можливі наслідки поведінки або розвитку ситуацій. Саме становлення цих пізнавальних структур створює фундамент для глибшого та змістовнішого оволодіння вербальними й невербальними засобами спілкування, оскільки ефективна комунікація вимагає не лише мовленнєвої вправності, а й уміння аналізувати смисли, інтерпретувати повідомлення, передбачати реакцію співрозмовника та будувати логічно вмотивовані висловлювання [48, с. 117].

Емоційний розвиток старшокласників характеризується поступовим зростанням внутрішньої емоційної стабільності та формуванням здатності свідомо контролювати власні афективні реакції. У цьому віці підлітки вже не лише переживають емоції інтенсивно, як це властиво молодшим підліткам, а й поступово вчаться усвідомлювати їхній зміст, джерела та можливі наслідки для поведінки. Помітно поглиблюється емпатія, розширюється здатність розуміти емоційні стани інших людей, співпереживати їм, що робить міжособистісну взаємодію більш чутливою та усвідомленою. Активно формується емоційний інтелект, який виявляється в умінні розпізнавати,

інтерпретувати та адекватно виражати як власні емоції, так і невербальні сигнали оточення, включно з інтонацією, мімікою та жестами. Поступово вибудовуються внутрішні механізми саморегуляції, які забезпечують здатність стримувати імпульсивні реакції, управляти напруженням, контролювати поведінку в емоційно насичених ситуаціях та обирати конструктивні стратегії взаємодії. Це дозволяє старшокласникам більш відповідально ставитися до соціальних контактів, прогнозувати наслідки власних дій і будувати зріліші моделі спілкування, що є важливим чинником їхнього особистісного та соціального становлення [37, с. 72].

Проте психіка старшокласників залишається вразливою до стресових ситуацій, особливо в умовах сучасної України, коли військові загрози, вимушені переїзди та загальна соціальна нестабільність створюють додаткове емоційне навантаження. Такі фактори часто спричиняють підвищений рівень тривожності, емоційне виснаження, а також емоційну полярність, що проявляється у раптових переходах від піднесеного настрою до пригніченого стану. Це, своєю чергою, може ускладнювати комунікативні процеси, знижувати здатність до конструктивної взаємодії та негативно впливати на якість міжособистісних стосунків [54, с. 136].

Вольова сфера в старшому шкільному віці набуває більшої зрілості, що проявляється у здатності підлітків планувати власну діяльність, аналізувати необхідні ресурси, прогнозувати результати та цілеспрямовано організовувати поведінку для досягнення бажаних результатів. Старшокласники починають краще контролювати свої імпульсивні реакції, навчаються регулювати поведінку відповідно до прийнятих норм і власних довгострокових цілей, що свідчить про розвиток самодисципліни та відповідальності. Однак попри зростання вольової саморегуляції, у цьому віці нерідко виникають суперечності між внутрішніми бажаннями, особистісними прагненнями та зовнішніми соціальними вимогами, які висувають школа, родина або суспільство. Такі розбіжності можуть зумовлювати підвищений рівень стресу та створювати передумови для внутрішніх конфліктів, що нерідко

позначається на емоційному стані й комунікативній поведінці старшокласників. Саме тому розвиток вольової сфери в цьому віці є складним процесом пошуку балансу між індивідуальними потребами та соціальними очікуваннями, і цей баланс значною мірою визначає подальше особистісне становлення підлітка [11, с. 116].

У сучасних психологічних дослідженнях підкреслюється, що розвиток особистості старшокласників відбувається в системі значущих соціальних взаємодій. Провідну роль у цьому процесі відіграє спілкування з однолітками як основною референтною групою; розширення кола інтересів за межі школи; формування більш рівноправних і зрілих стосунків із дорослими; а також активна участь у соціальних, волонтерських, творчих і професійно орієнтованих видах діяльності, що забезпечують розвиток самостійності, відповідальності та соціальної компетентності [15, с. 49].

Комунікативна взаємодія у старшому шкільному віці стає ключовим механізмом соціалізації, оскільки саме через спілкування підліток інтегрується у систему міжособистісних взаємин і соціальних ролей. Старшокласник активно прагне визнання з боку однолітків, чутливо реагує на їхні оцінки та схвалення, що значною мірою впливає на його поведінку та самооцінку. У цей період формується вміння вибудовувати партнерський діалог, заснований на взаємоповазі, рівноправності та готовності до компромісу. Водночас учень опановує розуміння соціальних норм, правил взаємодії та невербальних сигналів, що є важливою умовою успішної комунікації і становлення соціально компетентної особистості [6, с. 455].

У старшому шкільному віці помітно зростає інтерес підлітків до власного зовнішнього вигляду, мови тіла та індивідуального стилю спілкування, що безпосередньо впливає на розвиток їхньої невербальної комунікації. Одночасно на цьому етапі учні активно формують життєві цілі, професійну мотивацію, систему особистісних цінностей і моральну автономію, що визначає їхнє самовизначення та особистісне становлення. Такі

процеси змінюють характер комунікації, роблять її більш усвідомленою, цілеспрямованою та пов’язаною з індивідуальними орієнтирами розвитку.

Згідно з теорією Е. Еріксона, старший шкільний вік відповідає стадії «тотожність – рольова плутанина», центральним завданням якої є становлення особистісної ідентичності. Старшокласник активно намагається осмислити власне місце у світі, займається пошуком сенсу життя, порівнює себе з іншими, аналізує власні можливості та слабкі сторони, здійснює глибоке самопізнання й самооцінювання. Важливим компонентом цього процесу є моделювання можливих професійних траєкторій, визначення інтересів і цінностей, що надалі впливатимуть на вибір майбутньої сфери діяльності. Комунікативна компетентність у цей період тісно пов’язана з формуванням ідентичності, оскільки мовлення, як вербальне, так і невербальне, стає ключовим засобом самопрезентації, відображає внутрішній світ підлітка та дозволяє йому вибудовувати уявлення про себе у взаємодії з іншими [22, с. 9].

У старшому шкільному віці відбувається значне ускладнення й поглиблення вербальної комунікації. Старшокласники активно збагачують словниковий запас, опановують науковий, професійний та соціальний стилі мовлення, що дозволяє їм більш адекватно висловлювати думки в різних ситуаціях: від повсякденного спілкування до академічних дискусій. На цьому етапі інтенсивно формується культура мовлення: зростає увага до мовної правильності, логічності, виразності, доречності мовних засобів. Розвиваються навички аргументації, уміння дискутувати, переконувати, вибудовувати логічні міркування, а також уміння вести змістовний діалог, дотримуючись норм комунікативної етики. Поступово формується індивідуальний мовний стиль, який відображає особистісні риси підлітка та його соціальний досвід [25, с. 218].

На цьому етапі старшокласники вже здатні підтримувати складні діалоги, аналізувати підтексти, інтерпретувати приховані смисли, використовувати мовні засоби для самопрезентації та впливу на співрозмовника. Вони вміють будувати логічно завершені висловлювання,

пропонувати аргументовані позиції та відстоювати власну думку у дискусії. Вербальна комунікація стає важливим чинником не лише навчальної успішності, але й соціальної активності, професійного самовизначення та міжособистісних взаємин. Розвинуте мовлення дозволяє старшокласникам ефективніше взаємодіяти з оточенням, будувати конструктивні стосунки, брати участь у спільній діяльності та формувати образ компетентної, соціально зрілої особистості [20, с. 103].

Розвиток невербальної сфери у старшокласників є важливою складовою їх становлення як соціально зрілих особистостей. У цьому віці підлітки активно використовують міміку, жести, позу, темп та інтонацію мовлення, дистанцію у спілкуванні, тактильні й візуальні сигнали, а також елементи особистого стилю одягу як інструменти самовираження та побудови взаємодії з оточенням. Старшокласники починають усвідомлено контролювати мову тіла, особливо в ситуаціях, що мають соціальне значення, таких як публічні виступи, спілкування з ровесниками чи дорослими, участь у навчальних і позашкільних заходах. Вони краще розуміють соціальну роль невербальних сигналів та їхній вплив на враження, яке складається про людину, тому прагнуть удосконалювати власну невербальну поведінку. У цей період спостерігається формування індивідуальних поведінкових патернів, що залежать від темпераменту, рівня самооцінки та особистісних особливостей. Підлітки стають особливо чутливими до невербальної оцінки з боку інших – поглядів, мікроміміки, виразів обличчя, – що впливає на їх емоційний стан і модель поведінки. Розвинуте уміння керувати власними невербальними сигналами виступає ключовим показником соціальної компетентності та дозволяє старшокласникам будувати ефективну, впевнену й гармонійну комунікативну взаємодію [70, с. 157].

Особливості міжособистісних стосунків у старшому шкільному віці визначають значну частину соціального та емоційного розвитку підлітків. У цей період старшокласники формують дружні, часто глибокі емоційні зв’язки, що стають для них важливими джерелами підтримки, розуміння та

самоутвердження. Поряд із цим виникають перші романтичні стосунки, які сприяють розвитку емоційної чутливості, здатності до близькості та відповідальності у взаємодії з іншими. Поступово зростає вибірковість у спілкуванні: підлітки починають свідомо обирати коло друзів, враховуючи спільність інтересів, цінностей та емоційний комфорт. На цьому етапі активно розвиваються здатність до співпереживання, навички вирішення конфліктів і пошук конструктивних способів взаємодії, що сприяє формуванню соціальної зрілості [60, с. 128].

Стосунки з ровесниками виступають визначальним фактором розвитку як вербальних, так і невербальних навичок спілкування. Саме через соціальні взаємодії старшокласники вчаться інтерпретувати емоційні сигнали, розпізнавати настрої та наміри інших людей, аналізувати їхні реакції й відповідно коригувати власну поведінку. У спілкуванні відбувається удосконалення навичок самопрезентації, з'являється розуміння того, як невербальні прояви – міміка, жести, постава чи погляд – впливають на взаємне сприймання. Поступово формується соціальний інтелект, що включає здатність до емпатії, гнучкість у взаємодії, уміння підтримувати гармонійні стосунки та прогнозувати емоційні й поведінкові реакції інших. Таким чином, міжособистісні зв'язки в цей період стають вагомим ресурсом комунікативного розвитку та соціального становлення молодої особистості.

У старшому шкільному віці можливі різноманітні труднощі та ризики психічного розвитку, що пов'язані з інтенсивними особистісними, емоційними й соціальними змінами. Підлітки часто переживають підвищену тривожність і емоційну нестабільність, схильні гостро реагувати на оцінку з боку однолітків або дорослих, що може спричиняти страх соціального сприймання. У цей період нерідко спостерігаються коливання самооцінки – як у бік її заниження, так і гіпертрофованого завищення, що впливає на стиль поведінки та взаємодії з іншими. Додаткові труднощі виникають у процесі вибору майбутньої професії, що супроводжується відчуттям невизначеності та внутрішнього напруження. Конфлікти з дорослими та ровесниками, труднощі в контролі

емоційних реакцій і невербальних проявів також є характерними для цього віку. Сукупність цих факторів може істотно ускладнювати комунікативну діяльність старшокласників, знижуючи якість як вербального, так і невербального спілкування та впливаючи на ефективність їхньої соціальної взаємодії [27, с. 120].

Отже, старший шкільний вік є визначальним етапом становлення особистості, оскільки саме в цей період інтенсивно розвиваються когнітивні процеси, формується емоційно-вольова сфера, закладається система цінностей і відбувається активне становлення соціальної ідентичності. Паралельно з цими змінами відбувається інтенсивний розвиток вербальної та невербальної комунікативної компетентності, що забезпечує здатність підлітка ефективно взаємодіяти з оточенням, виражати власні думки, емоції та потреби. Сукупність психологічних особливостей цього віку створює вагоме підґрунтя для подальшого розвитку мовленнєвих умінь, які виступають центральним предметом дослідження та визначають успішність соціалізації й навчальної діяльності старшокласників.

1.2. Поняття вербального і невербального спілкування у психології

Комунікація є базовою умовою розвитку особистості, її успішної соціалізації та повноцінної взаємодії з навколишнім світом. У психологічній науці спілкування розглядається як багатовимірний процес, що охоплює обмін інформацією, емоціями, смислами, намірами, діями та соціальними оцінками. Саме завдяки комунікації вибудовуються міжособистісні стосунки, формуються соціальні зв’язки, відтворюються культурні норми та конструюється соціальна реальність. Для дітей старшого шкільного віку спілкування виступає не лише інструментом взаємодії, а й важливим механізмом самоствердження, формування ідентичності, інтеграції у різні спільноти та осмислення власного місця у світі. Через комунікацію старшокласники не тільки передають знання, почуття чи особисті

переконання, але й активно впливають на інших, намагаючись здобути визнання, підвищити свій статус, сформувати бажаний образ і забезпечити ефективну самопрезентацію [23, с. 52].

Традиційно в структурі спілкування виокремлюють два взаємопов'язані канали – вербальний і невербальний, які у своїй єдності забезпечують цілісність і результативність комунікативного акту. Вербальна комунікація охоплює мовленнєві засоби передавання змісту: слова, висловлювання, синтаксичні конструкції, логічні зв'язки, інтонаційно-граматичне оформлення. У старшому шкільному віці вербальне мовлення зазнає серйозних якісних змін: зростає абстрактність мислення, удосконалюється логічність висловлювань, розширюється словниковий запас, формується культура аргументації, здатність дискутувати й переконувати. Це робить вербальне спілкування провідним засобом інтелектуального та соціального розвитку, що безпосередньо впливає на успішність навчання, професійне самовизначення та міжособистісні стосунки [17, с. 232].

Невербальна комунікація включає міміку, жести, пози, рухи тіла, погляд, просторову організацію взаємодії, інтонаційні відтінки, темп мовлення, стиль одягу та інші невербальні сигнали, які часто несуть не менше, а інколи й більше емоційної та смислової інформації, ніж слова. Для старшокласників цей канал комунікації є особливо значущим, оскільки саме через невербальні прояви вони передають емоційний стан, демонструють упевненість чи невпевненість, визначають дистанцію у спілкуванні, будують образ дорослості та самостійності. Невербальні засоби виконують функції регуляції взаємодії, підсилення або ослаблення змісту висловлювання, створення атмосфери довіри чи напруги, а також є важливим маркером психологічного благополуччя підлітка [42, с. 40].

Взаємодія вербальних і невербальних компонентів у спілкуванні старшокласників є надзвичайно важливою, оскільки саме їхня узгодженість забезпечує ефективність комунікативного акту. Розбіжності між словесним повідомленням та невербальним сигналом часто виступають індикатором

внутрішніх конфліктів, емоційної напруги або нещирості, що особливо помітно у підлітковому середовищі, де комунікація часто має оцінювальний характер. Таким чином, дослідження вербального та невербального спілкування в старшому шкільному віці є принципово важливим для розуміння закономірностей соціального розвитку, формування комунікативної компетентності та виявлення факторів, які сприяють або перешкоджають успішній соціалізації підлітків [59, с. 109].

Для старшокласників вербальні й невербальні засоби спілкування є ключовими інструментами побудови стосунків, самопрезентації, регуляції соціальної поведінки та вираження внутрішнього стану. Тому наукове осмислення цих понять є фундаментальним підґрунтям для вивчення розвитку комунікативної сфери учнів старшої школи.

Вербальне спілкування – це процес використання мовних засобів (слів, фраз, висловлювань, текстів) для передачі інформації, вираження думок, почуттів і намірів. Мовлення в структурі комунікації виконує:

- інформаційну функцію – передача фактів, знань, описів;
- експресивну функцію – вираження емоційного стану та ставлення;
- регулятивну функцію – вплив на поведінку співрозмовника;
- соціальну функцію – встановлення та підтримка контактів;
- інтелектуальну функцію – оформлення думок у логічні структури.

У психології мовлення розглядають як діяльність, що забезпечує реалізацію когнітивних процесів і виступає важливим засобом соціальної взаємодії. Згідно з гуманістичним підходом К. Роджерс, мовлення відіграє ключову роль у процесах самовираження, усвідомлення власного досвіду та встановлення автентичного контакту з іншими людьми, водночас виступаючи важливим інструментом регуляції поведінки та міжособистісної взаємодії [50, с. 101].

Основні характеристики вербальної комунікації:

1. Змістовність – точність і логічна завершеність висловлювання.

2. Структурованість – побудова висловлювання відповідно до норм мови.

3. Інтонаційна виразність – тембр, темп, ритм, наголос, паузи.

4. Смисловий підтекст – «невидима» інформація, що прихована у виборі слів.

5. Стиль мовлення – індивідуальний спосіб артикуляції думки.

Мовна компетентність старшокласника охоплює розвинений словниковий запас, уміння граматично правильно й стилістично доречно будувати висловлювання, здатність аргументувати власну позицію, переконувати та обґрунтовувати думки. Важливою її складовою є вміння підтримувати діалог: слухати співрозмовника, ставити уточнювальні запитання, реагувати відповідно до контексту ситуації, дотримуватися норм комунікативної культури. Не менш значущими виступають навички побудови зв'язних, логічно структурованих монологічних висловлювань, які демонструють рівень розвитку абстрактного мислення, мовної організації та здатності до самопрезентації. Сукупність цих характеристик визначає якість вербального спілкування старшокласника та його готовність до подальшого навчання, професійної діяльності й соціальної взаємодії [67, с. 468].

Оволодіння вербальним спілкуванням є показником зрілості особистості, її інтелектуальної та соціальної компетентності.

У науковій літературі виділяють такі основні компоненти вербального спілкування:

Мовленнєве висловлювання є основною одиницею вербальної комунікації, яка має смислову цілісність, структуру та внутрішню логіку. Воно відображає думку мовця, його інтенції та когнітивні операції, що лежать в основі процесу мовлення. У старшокласників здатність будувати зв'язні висловлювання свідчить про рівень розвитку абстрактного мислення, уміння організовувати інформацію та передавати її у послідовній, логічно впорядкованій формі. Якість текстуального висловлювання є важливим індикатором мовної компетентності та комунікативної зрілості [40, с. 84].

Мовні одиниці (лексика, граматика). Лексичні та граматичні засоби становлять мовну основу, за допомогою якої здійснюється процес кодування думки у словесну форму. Розвинений словниковий запас надає можливість точно виражати зміст, добирати доречні терміни та стилістичні форми, а граматична правильність забезпечує чіткість, зрозумілість і логічність висловлювання. У старшому шкільному віці відбувається активне збагачення лексики, освоєння складніших граматичних конструкцій і формування індивідуального мовного стилю, що відображає інтелектуальний та культурний рівень мовця [38, с. 160].

Паралінгвістичні характеристики мовлення – темп, тон голосу, гучність, паузи, ритм – є важливими елементами вербального спілкування, які надають висловлюванню емоційного забарвлення та сприяють точнішому передаванню смислу. Для старшокласників уміння контролювати паралінгвістичні засоби є суттєвим у публічному мовленні, дискусіях та міжособистісній взаємодії. Вони можуть підсилювати значення висловлювання, вказувати на ставлення мовця до теми чи співрозмовника, а також створювати атмосферу довіри, напруги або дистанції. Паралінгвістика виступає важливим посередником між змістом і емоційною експресією [9, с. 1442].

Контекст. Будь-яке висловлювання набуває значення лише в межах конкретної комунікативної ситуації. Контекст визначає соціальні ролі учасників взаємодії, мету мовлення, соціально прийняті норми поведінки, комунікативну дистанцію, емоційний фон і очікування співрозмовників. Для старшокласників контекст має особливе значення, оскільки вони активно опановують різні соціальні ролі – учня, друга, члена колективу, учасника дискусії чи презентації. Уміння враховувати контекст забезпечує доречність висловлювання, адекватність інтонацій та відповідність мовних форм конкретній ситуації, що є показником високої соціальної та комунікативної компетентності [2, с. 188].

Намір мовця є внутрішньою мотивацією, що лежить за словесним висловлюванням і визначає його зміст, форму та характер взаємодії. Намір може бути відкритим – усвідомленим і чітко сформульованим, або прихованим, коли мовець не повністю усвідомлює свої комунікативні цілі чи передає їх через невербальні сигнали. Для старшокласників уміння розпізнавати власні наміри та інтенції співрозмовника є важливим аспектом розвитку соціального інтелекту. Саме намір зумовлює, чи буде висловлювання інформативним, переконувальним, емоційним, конфліктним або співробітницьким, і визначає ефективність комунікативного акту в цілому.

Таким чином, вербальне спілкування – це не лише слова, а й комплекс когнітивних та соціальних компонентів.

Невербальна комунікація охоплює значну частину інформації, яку люди передають у процесі взаємодії. Вона нерідко виявляється більш інформативною, ніж вербальна, оскільки відображає емоційні стани, внутрішні переживання та неусвідомлені реакції особистості. У працях Микола Варій підкреслюється, що невербальні засоби спілкування є важливим індикатором психологічного стану людини та суттєво впливають на ефективність міжособистісної взаємодії [12, с. 95].

У психології невербальна поведінка розглядається як система знаків, що формується під впливом:

- темпераменту,
- емоцій,
- соціальних норм,
- міжособистісних відносин,
- культурних традицій,
- індивідуальних особливостей.

Основні види невербальної комунікації У межах психології виділяють кілька груп невербальних засобів:

Кінесика охоплює міміку, жести, позу, рухи рук, голови й корпусу – тобто всі моторні засоби вираження, через які людина передає свої емоції,

наміри та ставлення до співрозмовника. Міміка є найбільш інформативним каналом невербальної комунікації, оскільки саме вираз обличчя дозволяє миттєво передати широкий спектр емоційних станів: радість, страх, сум, сором, роздратування, інтерес, подив чи недовіру. Жести, у свою чергу, можуть виконувати як допоміжну функцію – підсилювати або уточнювати вербальне висловлювання, – так і самостійну, коли жест замінює слова або формує окремий комунікативний сигнал. Для старшокласників кінесика є важливою частиною самовираження, оскільки рухи тіла й жестикуляція нерідко виступають показником упевненості, емоційної відкритості або, навпаки, внутрішньої напруги та захисної позиції [1, с. 72].

Паралінгвістика охоплює інтонацію, тембр, швидкість мовлення, гучність, паузи та ритмічні особливості голосу, які суттєво впливають на інтерпретацію вербального повідомлення. Один і той самий зміст може мати різне емоційне забарвлення залежно від інтонаційної подачі – доброзичливої, нейтральної або агресивної. Для старшокласників паралінгвістичні засоби слугують важливим інструментом вираження ставлення до співрозмовника, демонстрації впевненості під час дискусій, участі в презентаціях та публічних виступах. Уміння керувати голосовими характеристиками формує навички переконання, сприяє більш ефективному донесенню власної позиції та підсилює комунікативний вплив [13, с. 48].

Проксеміка вивчає особливості використання простору в комунікації, зокрема дистанцію між співрозмовниками. Розрізняють інтимну (0–45 см), особисту (45–120 см), соціальну (1,2–3 м) та публічну (понад 3 м) дистанції, кожна з яких має свої комунікативні функції та правила. Старшокласники активно опановують здатність регулювати дистанцію залежно від рівня довіри, емоційної близькості та контексту взаємодії. Порушення проксемічних норм може викликати дискомфорт, напруження або конфлікт, тому розуміння просторових меж є важливим компонентом комунікативної компетентності. У підлітковому віці простір стає також засобом самопредставлення: вибір

відстані демонструє відкритість, домінування, обережність або бажання дистанціюватися [14, с. 38].

Гаптика охоплює різні форми дотику, які мають значний емоційний і соціальний потенціал. У старшокласників дотик використовується вибірково та регулюється рівнем довіри й характером взаємин. Тактильні контакти – рукостискання, дружні поплескування по плечу, обійми – можуть виражати підтримку, солідарність, симпатію або підкреслювати значущість стосунків. Однак у цьому віці дотик стає також більш соціально контрольованим: підлітки уважно стежать за тим, як їхні тактильні дії сприймаються оточенням. Розуміння норм гаптики допомагає уникати комунікативних непорозумінь і сприяє формуванню емоційно зрілих взаємин [53, с. 216].

Візуальна комунікація включає погляд, напрямок зору, частоту та тривалість зорового контакту, які виконують важливі регулятивні та емоційні функції. Погляд може сигналізувати довіру, інтерес, домінування, уникнення або напруження, і є одним із ключових інструментів інтерпретації емоційного стану співрозмовника. Для старшокласників уміння підтримувати доречний зоровий контакт є важливим показником упевненості та соціальної зрілості. Контроль погляду допомагає регулювати інтенсивність взаємодії, підтримувати діалог, демонструвати увагу та повагу. Недостатність або надмірність візуальних сигналів може ускладнювати комунікацію, тому розвиток цього компонента є важливим у межах навчальної та соціальної діяльності [49, с. 1].

Екстралінгвістика та фізіогноміка охоплюють зовнішній вигляд, одяг, зачіску, аксесуари, поставу та інші елементи, що є засобами самопрезентації. У старшому шкільному віці зовнішній образ стає одним із ключових способів вираження індивідуальності, належності до певної соціальної групи, демонстрації статусу або внутрішнього стану. Поза та хода відображають упевненість або тривожність, відкритість чи замкнутість, бажання взаємодії або дистанції. Одяг і стилістичні рішення можуть підсилювати вербальні повідомлення або вступати з ними в суперечність. Таким чином,

екстралінгвістичні та фізіогномічні засоби становлять важливий пласт невербальної комунікації, що значною мірою впливає на те, як старшокласника сприймають інші та як він будує соціальні взаємини [8, с. 20].

Функції невербального спілкування. Невербальна комунікація виконує низку ключових функцій:

Доповнення вербального повідомлення. Однією з базових функцій невербальної комунікації є доповнення вербального висловлювання. Міміка, жести, пози, інтонаційні та ритмічні характеристики мовлення роблять словесне повідомлення більш виразним, допомагають конкретизувати його зміст та посилюють точність передавання смислу. Для старшокласників ця функція має особливе значення, оскільки в підлітковому віці комунікація набуває емоційної насиченості, а невербальні засоби виступають природним механізмом уточнення або підкреслення думки. Доречне використання невербальних сигналів підвищує ефективність спілкування та покращує взаєморозуміння між співрозмовниками [43, с. 64].

Підсилення висловлювання. Невербальні засоби часто використовуються для підсилення емоційного та смислового навантаження вербального повідомлення. Інтонація, тембр голосу, жестикуляція або вираз обличчя здатні підкреслити ставлення мовця до сказаного, демонструвати рівень емоційної залученості або акцентувати на важливих моментах. У старшому шкільному віці підсилення висловлювання є типовим механізмом самовираження: підлітки активно використовують міміку й жести для передачі ентузіазму, іронії, невдоволення чи впевненості. Завдяки цій функції невербальна комунікація збільшує переконливість мовлення та робить його більш динамічним [29, с. 80].

Замінювання вербального повідомлення. Іноді невербальні засоби можуть повністю замінити словесне висловлювання. Жест згоди або заперечення, певний вираз обличчя, спрямований погляд чи рухи тіла здатні передати чітке повідомлення без жодного слова. У підлітковому середовищі ця функція проявляється особливо яскраво: старшокласники часто

використовують невербальні сигнали для швидкої комунікації, уникнення зайвих пояснень або приховування справжніх емоцій. Замінювання може бути як свідомим, так і автоматичним, але в обох випадках воно виконує важливу роль у спрощенні та пришвидшенні комунікативного процесу [28, с. 113].

Контрадикція (суперечність). Невербальна комунікація здатна вступати в суперечність із вербальною. Коли слова мовця не узгоджуються з його мімікою, жестами чи інтонацією, співрозмовники найчастіше схильні довіряти невербальним сигналам. Це пояснюється їхнім природним, менш контрольованим характером і відображенням справжніх емоційних станів. Для старшокласників контрадикція є частим явищем через емоційну мінливість, невпевненість або небажання відкрито висловлювати почуття. Виявлення таких невідповідностей має важливе комунікативне значення, оскільки дозволяє точніше інтерпретувати внутрішні переживання мовця та оцінювати достовірність його висловлювань [51, с. 1].

Регуляція взаємодії. Невербальні засоби активно регулюють початок, підтримання та завершення комунікативної взаємодії. Погляд, нахил корпусу, зміна пози, пауза або жест можуть сигналізувати готовність до спілкування, бажання продовжити або, навпаки, припинити діалог. Ця функція є ключовою в соціальній поведінці старшокласників, оскільки вони вчаться керувати взаємодією, враховувати соціальні норми та будувати доречні комунікативні стратегії. Регуляція невербальними засобами допомагає уникати конфліктів, згладжувати напруження і підтримувати ефективну комунікацію [56, с. 238].

Вираження емоцій. Переважна більшість емоційних реакцій людини проявляється саме невербально. Міміка, погляд, зміна пози, коливання голосу та мікрорухи обличчя є спонтанними маркерами емоційного стану й дозволяють співрозмовнику розпізнати радість, гнів, страх, сум, інтерес чи здивування навіть без вербальних пояснень. У старшому шкільному віці вираження емоцій через невербальні засоби відіграє важливу роль у налагодженні соціальних зв’язків, прояві емпатії та підтримці взаєморозуміння. Розвиток здатності розпізнавати й контролювати такі

сигнали є критичним елементом комунікативної компетентності старшокласників [64, с. 92].

Взаємозв'язок вербального і невербального спілкування У психологічній теорії комунікації ці два канали взаємодіють як єдина система.

Дублювання. Невербальні сигнали можуть дублювати зміст вербального повідомлення, тобто повторювати або підтверджувати його. У цьому випадку слова і невербальні прояви діють узгоджено, створюючи єдиний цілісний комунікативний акт, який легко сприймається співрозмовником. Наприклад, стверджувальне висловлювання супроводжується кивком голови, а слова підтримки – теплою посмішкою. Для старшокласників така форма взаємодії є важливою, оскільки вона підсилює довіру та робить комунікацію більш прозорою й щирою. Дублювання допомагає уникати непорозумінь, чітко окреслює емоційний зміст висловлювання та сприяє ефективному соціальному взаєморозумінню [66, с. 35].

Підкреслення смислу. Невербальні засоби можуть використовуватися для підсилення або фокусування уваги на окремих частинах повідомлення. Інтонація, жести, зміна темпу мовлення чи акцентування погляду допомагають виділити головну думку або емоційний акцент висловлювання. У старшому шкільному віці ця функція відіграє значну роль у навчальній комунікації, коли старшокласники повинні не лише передавати інформацію, а й переконувати, аргументувати та структурувати зміст свого мовлення. Підкреслення смислу невербальними засобами підвищує виразність, сприяє кращому запам'ятовуванню та демонструє рівень комунікативної майстерності мовця [47, с. 140].

Регулювання. Невербальна поведінка активно бере участь у регулюванні темпу, черговості та динаміки взаємодії. Погляд, нахил корпусу, зміна пози, пауза або невеликий жест можуть сигналізувати про бажання взяти слово, продовжити або завершити розмову, погодитися чи заперечити без використання слів. Для старшокласників опанування цієї функції є важливим аспектом соціальної адаптації, оскільки вони навчаються керувати процесом

спілкування, дотримуватися етикету бесіди, передбачати реакції інших та підтримувати конструктивний діалог. Регулювальна роль невербальних засобів є ключовою для гармонійної взаємодії як у формальних, так і в неформальних ситуаціях [57, с. 136].

Контраст. Іноді невербальні сигнали вступають у суперечність із вербальним висловлюванням. Це явище називають контрастом або інконгруентністю. Якщо мовець висловлює згоду словами, але його міміка чи постава виражають незадоволення або недовіру, співрозмовник, як правило, більше довіряє невербальному каналу. Це пов'язано з тим, що невербальна поведінка є менш контрольованою й краще відображає справжні емоції мовця. У підлітковому середовищі контраст є частим явищем, оскільки старшокласники нерідко приховують свої переживання або прагнуть відповідати соціальним очікуванням. Аналіз інконгруентності допомагає глибше зрозуміти внутрішні стани, мотиви та складнощі комунікації [3, с. 39].

Передача прихованих смислів. Невербальні засоби часто виступають носіями підтекстів, емоційних відтінків та прихованих смислів, які не озвучуються вербально. Погляд, вираз обличчя, інтонація або мікрожести можуть передавати сумнів, недовіру, симпатію, розчарування чи зацікавленість значно точніше, ніж слова. У старшому шкільному віці особлива увага приділяється саме таким сигналам, оскільки підлітки активно вчаться розпізнавати емоційні стани інших і водночас тонко кодувати власні переживання. Передача прихованих смислів через невербальну поведінку є складним когнітивно-емоційним процесом і свідчить про розвиток соціального інтелекту, який є важливою передумовою успішної соціалізації.

Для старшокласників це означає, що розвиток комунікативної компетентності повинен включати роботу над обома каналами – вербальним і невербальним. Вербальне і невербальне спілкування є взаємодоповнюючими каналами комунікації, що забезпечують передачу інформації, емоцій та смислів.

1.3. Теоретичні підходи до вивчення розвитку комунікативної сфери підлітків і старшокласників

Комунікативна сфера старшокласників є складним психологічним утворенням, яке включає систему вербальних і невербальних навичок, соціальних умінь, комунікативних мотивів та стратегій взаємодії. Для її вивчення психологія спирається на низку теоретичних підходів, що пояснюють механізми становлення комунікації, її зв'язок із когнітивними процесами, емоційною сферою, соціальним розвитком та самоусвідомленням особистості [5, с. 304].

Комплексність комунікативної діяльності зумовлює необхідність дослідження її розвитку у старшому шкільному віці через призму різних наукових парадигм: культурно-історичної, діяльнісної, когнітивної, соціально-психологічної, гуманістичної, інтеракційної та сучасної нейропсихології. Кожна з них висвітлює окремі аспекти становлення комунікації, що дає можливість побудувати цілісну модель розвитку вербальних і невербальних умінь у старшокласників.

У сучасних психологічних підходах розвиток мовлення та комунікації у старшому шкільному віці розглядається як процес, що формується у системі соціальної взаємодії. Зокрема, у працях Ірина Булах наголошується, що становлення особистості підлітка відбувається у взаємозв'язку з соціальним середовищем, де провідну роль відіграє спілкування. Мовлення трактується як результат активної взаємодії з іншими людьми, у процесі якої розвиваються пізнавальні процеси та соціальні вміння. Для старшокласників це означає, що якість і характер їхніх контактів з однолітками та дорослими безпосередньо впливають на розвиток вербальних і невербальних навичок, а також на рівень комунікативної компетентності [10, с. 125].

Другим фундаментальним положенням теорії є процес інтеріоризації, який передбачає перехід зовнішніх форм діяльності й спілкування (зокрема мовлення, жестів, інтонації) у внутрішній план свідомості. Зовнішня взаємодія

поступово трансформується у внутрішні психічні функції – мовлення стає не лише засобом комунікації, а й інструментом мислення, рефлексії та саморегуляції. У старшому шкільному віці інтеріоризація проявляється в умінні планувати діалог, передбачати його результати, контролювати власні висловлювання, рефлексувати над змістом і способами комунікації. Старшокласники вже здатні внутрішньо моделювати хід розмови, прогнозувати реакції співрозмовника та свідомо керувати як вербальними, так і невербальними засобами [23, с. 73].

У межах психологічних підходів до розвитку особистості підлітка мовлення розглядається як важливий засіб осмислення власного досвіду та формування уявлень про себе. Зокрема, Роберт Бернс підкреслює, що мовленнєва діяльність відіграє суттєву роль у становленні Я-концепції, впливаючи на розвиток мислення, здатність до саморефлексії та усвідомлення власних переживань. Це означає, що рівень сформованості вербальної комунікації безпосередньо пов’язаний із інтелектуальним розвитком старшокласників: розвинений словниковий запас, володіння різними мовними конструкціями та вміння адаптувати мовлення до ситуації сприяють більш високому рівню когнітивної організації.

Водночас невербальне спілкування виступає важливим компонентом самовираження та міжособистісного розуміння, оскільки через нього передаються емоційні стани та ставлення до інших. Це сприяє розвитку емоційної сфери, соціальної чутливості та здатності до ефективної взаємодії, що є невід’ємними складниками цілісного розвитку особистості [14, с. 79].

У межах діяльнісного підходу, представленого в сучасній психології, зокрема у працях Сергій Максименко, розвиток особистості розглядається як результат її активної взаємодії з навколишнім середовищем. Комунікація при цьому постає не як зовнішній обмін інформацією, а як особливий вид психічної діяльності, що має власну структуру та функції.

Спілкування включає систему мотивів, цілей, засобів і конкретних дій, через які особистість реалізує себе у взаємодії з іншими. Для старшокласників

така діяльність виступає важливим чинником розвитку як вербальних, так і невербальних умінь, оскільки саме в процесі активної комунікативної практики формуються навички соціальної взаємодії, саморефлексії та усвідомлення власного досвіду [37, с. 92].

Одним із ключових положень діяльнісного підходу є те, що комунікативна діяльність завжди має цілеспрямований характер. Старшокласники вступають у спілкування не випадково, а для досягнення певних цілей: отримання нової інформації, обміну думками, формування або підтримання міжособистісних стосунків, створення позитивного іміджу чи відстоювання власної позиції. У цьому віці зростає свідомість комунікативної поведінки, підлітки починають планувати зміст повідомлення, добирати оптимальні мовні та невербальні засоби, враховувати контекст ситуації та прогнозувати реакції співрозмовника. Така цілеспрямованість є показником комунікативної зрілості та важливою передумовою розвитку компетентності.

Важливим принципом діяльнісного підходу є також урахування мотивів спілкування, які змінюються з віком. Якщо у молодших школярів домінує потреба в емоційній підтримці або наслідуванні дорослих, то у старшому шкільному віці центральними стають мотиви соціального визнання, підвищення статусу, самовираження та конструювання власного іміджу. Старшокласники значною мірою орієнтуються на думку ровесників і активно використовують комунікацію для самопрезентації. Це впливає на вибір мовних та невербальних засобів, стиль ведення діалогу, інтонаційні характеристики мовлення та поведінкові прояви. Усвідомлення мотивів спілкування допомагає педагогу або психологу більш ефективно організовувати комунікативну діяльність і підтримувати особистісний розвиток учнів [61, с. 160].

Одним із провідних положень діяльнісної теорії є твердження, що розвиток комунікативних умінь можливий лише за умови включення дитини у реальну або змодельовану діяльність. Тобто навчити ефективно спілкуватися неможливо лише через пояснення або теоретичний матеріал. Лише активна

участь у комунікативних ситуаціях – дискусіях, рольових іграх, колективних проєктах, соціальних практиках – створює умови для формування та закріплення вербальних і невербальних навичок. Особливе значення має практична спрямованість навчання, коли учень може експериментувати з різними стилями поведінки, аналізувати зворотний зв'язок та вдосконалювати власні комунікативні стратегії [69, с. 182].

Структура комунікативних дій, згідно з діяльнісним підходом, включає як вербальні, так і невербальні компоненти. Словесне висловлювання супроводжується мімікою, жестами, рухами тіла, тембром та інтонацією голосу, які утворюють цілісну систему комунікативних операцій. Для старшокласників важливо навчитися усвідомлено поєднувати ці засоби, домагатися їхньої узгодженості, контролювати невербальні прояви та використовувати їх залежно від ситуації спілкування. Діяльнісний підхід наголошує, що комунікативна компетентність є результатом багаторазового включення в такі дії, аналізу їх ефективності та поступового накопичення досвіду соціальної взаємодії.

Таким чином, діяльнісний підхід визначає комунікацію як активний, цілеспрямований і мотивований процес, розвиток якого потребує спеціальної організації діяльності учнів. Відповідно, формування вербальних і невербальних навичок старшокласників має здійснюватися через практичні форми роботи – тренінги, рольові ігри, дискусії, проєктну діяльність та інші інтерактивні методи, які створюють умови для реального застосування комунікативних умінь.

Когнітивний підхід (Ж. Піаже та сучасні когнітивні школи) зосереджується на тому, як розвиток мислення та інтелектуальних процесів визначає формування вербальної й невербальної комунікації. В основі цього підходу лежить уявлення про комунікацію як результат внутрішніх когнітивних механізмів, які забезпечують сприймання, обробку, збереження та відтворення інформації. На думку Ж. Піаже, на старшому етапі шкільного віку дитина переходить у стадію формальних операцій, що суттєво розширює

її інтелектуальні можливості. Старшокласники набувають здатності оперувати абстрактними поняттями, моделювати ситуації, будувати гіпотези, здійснювати гіпотетико-дедуктивні міркування та прогнозувати результати взаємодії. Ці нові пізнавальні можливості створюють підґрунтя для розвитку складного логічно структурованого мовлення, уміння вести аргументовані дискусії та застосовувати різноманітні стилістичні форми комунікації.

Сучасні когнітивні школи доповнили ідеї Піаже, підкресливши роль робочої пам'яті, уваги та виконавчих функцій у процесах мовлення. Робоча пам'ять забезпечує утримання інформації під час побудови висловлювання, дозволяє планувати логічну структуру повідомлення та відбирати найбільш доречні мовні засоби. Увага та здатність до перемикання між різними аспектами комунікації впливають на точність висловлювання, здатність реагувати на невербальні сигнали та контролювати темп спілкування. З огляду на це, комунікативна поведінка старшокласників є тісно пов'язаною з розвитком загальних інтелектуальних здібностей, що пояснює підвищення якості мовлення та здатності до складніших форм діалогу [48, с. 67].

Важливою складовою когнітивного підходу є формування комунікативних стратегій – системи мисленнєвих і мовленнєвих дій, спрямованих на досягнення певної комунікативної мети. До них належать пояснення, аргументація, переконання, уточнення, узагальнення та інтерпретація. Старшокласники поступово оволодівають цими стратегіями завдяки розвитку абстрактного мислення та розширенню соціального досвіду. Здатність аналізувати інформацію, відокремлювати головне від другорядного, логічно будувати висловлювання сприяє ефективнішій участі у дискусіях, групових проєктах, навчальних дебатах та міжособистісній взаємодії. Таким чином, когнітивний підхід пояснює інтелектуальні передумови формування комунікативної компетентності [45, с. 346].

Сучасні теорії когнітивної психології також підкреслюють важливість розвитку метакомунікативної компетентності, що включає здатність аналізувати процес спілкування, усвідомлювати наміри співрозмовника,

відстежувати невербальні сигнали та контролювати власну мовленнєву та невербальну поведінку. Старшокласники навчаються рефлексувати над діалогом, оцінювати його ефективність, прогнозувати можливі реакції та вибирати адекватні стратегії взаємодії. Метакомунікативні вміння дають можливість глибше розуміти соціальні ситуації, уникати конфліктів, обирати конструктивні форми комунікації й адаптуватися до різних соціальних контекстів.

Таким чином, когнітивний підхід пояснює, чому у старшому шкільному віці відбувається значне зростання здатності до грамотного, логічно послідовного та аргументованого мовлення. Він також дає підстави стверджувати, що в цьому віці невербальні сигнали стають більш контрольованими, оскільки учні набувають здатності свідомо регулювати свої дії, аналізувати власну поведінку та враховувати реакції оточення. Розвиток когнітивних функцій є фундаментальною умовою формування високого рівня комунікативної компетентності старшокласників.

Соціально-психологічний підхід (Ч. Кулі, В. Фучеджі) розглядає комунікацію як соціальне явище, що формується у процесі взаємодії між людьми і є ключовим механізмом становлення особистості, її Я-концепції та соціальної ідентичності. На відміну від когнітивного чи діяльнісного підходів, соціально-психологічна перспектива акцентує увагу на тому, що комунікативна поведінка старшокласників визначається не лише внутрішніми інтелектуальними процесами чи мотивацією, а й соціальним контекстом, груповою динамікою, статусними позиціями та очікуваннями оточення.

Одним із основних положень цього підходу є концепція Ч. Кулі «дзеркального Я». Вона стверджує, що уявлення людини про саму себе формується на основі того, як, на її думку, її сприймають інші. Для старшокласників цей механізм є особливо значущим, оскільки у підлітковому віці соціальні оцінки, коментарі та невербальні реакції однолітків стають важливими джерелами інформації про власну привабливість, компетентність і цінність. Саме в цей період Я-концепція особливо вразлива до зовнішніх

впливів, а комунікативна поведінка часто спрямована на отримання позитивного зворотного зв’язку, підтвердження своєї значущості та прийняття в групі [30, с. 108].

Згідно з Ч. Кулі, розвиток особистості відбувається завдяки здатності приймати й інтерпретувати соціальні ролі. Комунікація у цьому підході розглядається як процес рольової взаємодії, у якому людина засвоює поведінкові моделі, характерні для певних соціальних позицій. Для старшокласників важливими ролями є ролі учня, друга, лідера, партнера, громадянина. Опанування цих ролей потребує розвитку відповідних вербальних та невербальних навичок, таких як уміння вести діалог, аргументувати, демонструвати впевненість, підтримувати контакт очима, контролювати жести та інтонацію. Рольова перспектива Ч. Кулі дає змогу пояснити, чому підлітки активно експериментують зі стилями спілкування та формами самопрезентації [30, с. 150].

Соціально-психологічний підхід наголошує на тому, що комунікативна компетентність є результатом соціалізації – тривалого процесу засвоєння норм, правил, цінностей та соціальних моделей поведінки. Її рівень залежить від різних соціальних чинників: стилю сімейного виховання, комунікативного клімату в школі, впливу групи однолітків, умов медіапростору, доступу до освітніх і культурних ресурсів. Сім’я формує базові комунікативні патерни, школа – навички публічної й навчальної комунікації, а однолітки – соціально-рольові зразки. Медіапростір відіграє дедалі більшу роль, оскільки старшокласники вчаться розпізнавати невербальні сигнали, стилі поведінки та моделі самопрезентації через соціальні мережі [32, с. 58].

Важливе місце у межах цього підходу посідає аналіз впливу великих соціальних груп – класів, команд, навчальних колективів, молодіжних субкультур – на поведінку учнів. У таких групах формуються статусні відносини, ієрархії, неформальні лідерства та норми комунікації, які диктують прийнятні вербальні та невербальні форми самовираження. У старшому шкільному віці саме групові процеси значною мірою визначають стиль

спілкування, рівень відкритості, манеру жестикуляції, обсяг зорового контакту, інтонаційну виразність тощо.

Соціально-психологічний підхід також дозволяє пояснити роль невербальних засобів як індикаторів статусних відносин та засобів регуляції міжособистісної взаємодії. Поза, жести, міміка, інтонація та дистанція спілкування часто сигналізують про домінування, підпорядкування, симпатію, включеність у групу або навпаки – відчуженість. Старшокласники активно зчитують такі сигнали та використовують їх у комунікації, що свідчить про розвиток соціального й емоційного інтелекту.

Гуманістичний підхід (А. Маслоу) представляє комунікацію як процес, що сприяє особистісному зростанню, самореалізації та становленню автентичної, психологічно зрілої особистості. На відміну від інших підходів, гуманістична перспектива акцентує увагу не стільки на когнітивних чи соціальних механізмах спілкування, скільки на внутрішніх переживаннях, емоційних станах та міжособистісній довірі. Комунікація розглядається як глибоко особистісний контакт, у межах якого можливі розвиток емпатії, взаєморозуміння й відчуття психологічної підтримки. Саме ці чинники є необхідними для формування здорової Я-концепції та розвитку емоційної зрілості старшокласників.

У гуманістичній психології спілкування розглядається як важлива умова задоволення базових і вищих потреб особистості. Зокрема, Абрахам Маслоу підкреслював, що ефективна міжособистісна взаємодія пов’язана із задоволенням потреб у безпеці, належності та повазі, які є необхідною основою для подальшого саморозвитку і самореалізації. У цьому контексті відкрите та щире спілкування сприяє формуванню довіри між учасниками взаємодії, а доброзичливе ставлення й прийняття іншого забезпечують відчуття психологічного комфорту.

А. Маслоу, розглядаючи спілкування у контексті піраміди потреб, підкреслював значення почуття належності, прийняття та поваги для розвитку особистості. У старшому шкільному віці ці потреби стають провідними:

підлітки прагнуть бути почутими, визнаними та прийнятими у своїй соціальній групі. Комунікація в гуманістичному підході виступає механізмом задоволення цих потреб, а її якість визначає рівень психологічного благополуччя. Невідповідність, відсутність підтримки чи емоційного контакту можуть призводити до замкненості, тривожності або труднощів у міжособистісних стосунках [39, с. 240].

Для старшокласників гуманістичний підхід особливо актуальний, оскільки він наголошує на важливості розвитку таких компетентностей, як емпатія, здатність до конструктивного діалогу, уміння слухати та приймати іншу точку зору. Підлітки, які відчувають підтримку й прийняття з боку значущих дорослих і однолітків, формують більш стійку самооцінку, краще контролюють власні емоції та набувають упевненості у спілкуванні. У таких умовах зростає рівень відкритості, знижується міжособистісна напруга та покращується якість комунікативної поведінки.

Гуманістичний підхід підкреслює також важливість розвитку емоційного інтелекту, який включає здатність розпізнавати та регулювати свої емоції, а також розуміти емоційні стани інших людей. Невербальні сигнали – міміка, інтонація, жести, пози – відіграють при цьому ключову роль, оскільки саме вони дозволяють встановлювати глибокий емоційний контакт і будувати довірливі взаємини. У старшокласників здатність розуміти невербальні прояви співрозмовника сприяє формуванню емпатії, вдосконаленню соціальних зв’язків і розвитку комунікативної компетентності загалом.

Інтеракційний (комунікативно-діяльнісний) підхід розглядає спілкування як динамічний процес взаємодії, у якому партнери не лише обмінюються інформацією, а й спільно конструюють смисли, коригують свою поведінку та впливають один на одного. На відміну від підходів, що акцентують увагу на внутрішніх когнітивних механізмах або соціально-рольових структурах, інтеракційна парадигма підкреслює взаємність і ситуативність комунікації. Вона розглядає спілкування як безперервний процес узгодження позицій і адаптації поведінки до партнера, що є особливо

важливим у старшому шкільному віці, коли формуються навички соціальної взаємодії та комунікативної гнучкості [41, с. 88].

Одним із ключових положень інтеракційного підходу є те, що комунікація є двосторонньою взаємодією, у якій вербальні та невербальні компоненти мають однакову значущість. У процесі спілкування мовець і співрозмовник постійно відслідковують реакції одне одного, коригують темп і стиль мовлення, уточнюють смисли та адаптують комунікативні стратегії. Невербальні сигнали – міміка, жести, дистанція, інтонація – виступають важливими маркерами емоційного стану, намірів і ставлення, тому інтеракційний підхід надає їм такого ж значення, як і словесним формам. Для старшокласників це означає необхідність не тільки володіти мовою, а й розуміти невербальні прояви та вміти інтегрувати їх у комунікативну поведінку [62, с. 133].

Другим принциповим аспектом є залежність комунікації від контексту, соціальної ролі та емоційного стану учасників взаємодії. У різних ситуаціях – навчальній, дружній, конфліктній або публічній – старшокласники використовують різні комунікативні моделі, добирають різні мовні та невербальні засоби. Соціальні ролі, які вони виконують (учня, друга, лідера, співрозмовника в дискусії), визначають стиль поведінки, ступінь формальності мовлення та рівень контролю за експресією. Емоційний стан також впливає на інтонацію, темп мовлення, дистанцію, пози, що свідчить про ситуативність і контекстуальність комунікативної діяльності [47, с. 180].

Ще одним важливим положенням інтеракційного підходу є те, що мова тіла не має фіксованого значення й завжди інтерпретується з урахуванням ситуації. Один і той самий жест або погляд може означати різні речі залежно від контексту, соціальних очікувань або емоційних умов взаємодії. Наприклад, перехрещені руки можуть бути як захисною реакцією, так і звичним положенням тіла; посмішка може виражати як щирий інтерес, так і ввічливість чи соціальну маску. Для старшокласників здатність розпізнавати

контекстуальне значення невербальних сигналів є критично важливою для успішного спілкування й формування соціального інтелекту.

Центральним концептом інтеракційної парадигми є комунікація як процес узгодження смислів. Співрозмовники постійно уточнюють наміри, коригують висловлювання, використовують запитання, перефразування та невербальні підказки для досягнення взаєморозуміння. У старшому шкільному віці цей процес має особливе значення, оскільки учні набувають здатності аналізувати комунікативні ситуації, будувати аргументовані висловлювання, розпізнавати підтексти та адаптувати свою позицію до вимог взаємодії. Узгодження смислів лежить в основі конструктивного діалогу та ефективної групової діяльності [58, с. 1].

Інтеракційний підхід має практичну спрямованість і використовується як основа для створення тренінгових програм, спрямованих на розвиток у старшокласників навичок самопрезентації, активного слухання, емпатії, невербальної чутливості та комунікативної гнучкості. Такі програми дозволяють опрацьовувати реальні ситуації соціальної взаємодії, формувати здатність адаптувати поведінку, враховувати реакції партнера та будувати ефективну комунікацію. Саме тому інтеракційна парадигма займає важливе місце в сучасній психології комунікації та сприяє глибокому розумінню механізмів соціальної взаємодії в старшому шкільному віці [31, с. 115].

Сучасні нейропсихологічні підходи до вивчення комунікації відкривають нові можливості для глибокого розуміння того, як біологічні процеси мозку забезпечують розвиток вербальних і невербальних навичок у старшому шкільному віці. У XXI столітті дедалі більше уваги приділяється дослідженню дозрівання префронтальної кори – ділянки мозку, що відповідає за самоконтроль, планування, регуляцію емоцій та соціальну поведінку. Саме в підлітковому віці ця область активно розвивається, що сприяє підвищенню здатності до контролю мовлення, керування невербальними сигналами та усвідомленої участі в комунікації. Крім того, відбувається вдосконалення нейронних мереж, які забезпечують обробку емоцій та соціальної інформації,

що створює нейробіологічну основу для розвитку емпатії та соціального інтелекту [19, с. 87].

Особливе значення в сучасній нейропсихології має відкриття системи «дзеркальних нейронів» – утворень, які активуються як при виконанні дії, так і при спостереженні за нею. Ця система вважається ключовою для формування емпатії, ідентифікації з іншими та розуміння невербальних сигналів. У старшому шкільному віці дзеркальні нейрони відіграють важливу роль у здатності учнів розпізнавати емоційні стани ровесників, адекватно реагувати на міміку, жести й інтонації та будувати ефективну взаємодію. Дослідження також свідчать, що нейромеханізми мовлення, включно з зонами Брока та Верніке, продовжують удосконалюватися, що забезпечує збільшення мовленнєвої гнучкості, точності та виразності висловлювань [7, с. 1].

Нейропсихологічні дані підтверджують, що здатність контролювати власну невербальну поведінку істотно зростає з віком. Якщо у молодших підлітків жести, пози й мімічні реакції часто є імпульсивними та мало усвідомленими, то у старшокласників вони стають більш контрольованими, цілеспрямованими та адаптованими до соціального контексту. Це зумовлено дозріванням структур мозку, відповідальних за довільну регуляцію та поведінковий контроль [21, с. 48].

Цікаво, що нейропсихологічні дослідження вказують на вищу здатність підлітків розпізнавати міміку однолітків порівняно з мімікою дорослих. Це пояснюється тим, що мозок старшокласників більш чутливо реагує на невербальні сигнали, характерні для їхньої вікової групи, а соціальна взаємодія з ровесниками стає провідною сферою розвитку. Відповідно, комунікативні навички в цьому віці вдосконалюються насамперед у горизонтальних соціальних зв’язках.

Теоретичний аналіз свідчить, що розвиток комунікативної сфери старшокласників є багаторівневим процесом, який охоплює вербальні та невербальні засоби спілкування, когнітивні та емоційні функції, соціальні взаємодії та особистісні потреби.

До вивчення цього процесу застосовуються різні теоретичні підходи:

- культурно-історичний – підкреслює роль соціального середовища;
- діяльнісний – розкриває структуру та мотиви спілкування;
- когнітивний – пояснює інтелектуальні механізми мовлення;
- соціально-психологічний – розглядає комунікацію як механізм самопрезентації;
- гуманістичний – акцентує на емпатії та автентичності;
- інтеракційний – описує динаміку міжособистісної взаємодії;
- нейропсихологічний – розкриває біологічні основи комунікації.

1.4. Фактори, що впливають на розвиток вербального та невербального спілкування

Розвиток вербального та невербального спілкування у старшому шкільному віці відбувається під впливом широкого комплексу факторів, що охоплюють біологічні, соціальні, психологічні, культурні та освітні компоненти. Комунікація у цьому віці стає не лише засобом передавання інформації, а й ключовим механізмом самопрезентації, соціалізації, емоційного вираження та становлення ідентичності. Розуміння факторів, що впливають на розвиток комунікативних умінь, є необхідним для побудови ефективної системи педагогічної роботи, спрямованої на розвиток мовлення, соціального інтелекту та невербальної компетентності учнів старшої школи.

Біологічні та нейропсихологічні фактори відіграють важливу роль у формуванні вербальної й невербальної комунікації старшокласників, оскільки визначають рівень дозрівання нервової системи, емоційної стабільності та соціальної чутливості. У віці 15–17 років завершується активна фаза розвитку префронтальної кори – мозкової структури, відповідальної за мовленнєве планування, самоконтроль, емоційну регуляцію та соціальне пізнання, що підвищує здатність учнів контролювати як словесні, так і невербальні прояви. Водночас активізується система «дзеркальних нейронів», яка забезпечує

емпатію, розуміння намірів інших людей та інтерпретацію міміки й жестів, сприяючи зростанню невербальної чутливості. Значний вплив має й темперамент: зокрема, сангвініки та холерики більш емоційно експресивні й активно використовують жести, флегматики відрізняються стриманістю, а меланхоліки виявляють підвищену чутливість до мікросигналів і нюансів у комунікації. Сукупність цих біологічних чинників визначає індивідуальний стиль спілкування та рівень комунікативної компетентності старшокласників [26, с. 28].

Когнітивні фактори відіграють ключову роль у розвитку вербального та невербального спілкування старшокласників, оскільки визначають рівень складності мислення, здатність до рефлексії та якість мовленнєвої продукції. У цьому віці активно формується логічне й абстрактне мислення, що дозволяє учням використовувати складні мовні конструкції, будувати аргументовані висловлювання, розуміти підтекст і метафоричні значення, що суттєво розширює їхню вербальну компетентність. Водночас відбувається розвиток метапізнання та рефлексії: підлітки починають аналізувати власні слова, планувати комунікативну поведінку, передбачати можливі реакції співрозмовника та оцінювати ефективність взаємодії, що сприяє становленню комунікативної культури. Важливим когнітивним чинником є також розширення словникового запасу: формується науковий стиль мовлення, опановуються елементи академічного та професійного словника, удосконалюються навички дискусії, що підвищує якість як усних, так і письмових висловлювань. Сукупність цих процесів забезпечує зростання комунікативної компетентності та здатності до глибшого розуміння невербальних і вербальних сигналів у старшому шкільному віці [52, с. 287].

Емоційно-особистісні фактори суттєво впливають на розвиток вербального та невербального спілкування старшокласників, визначаючи їхню здатність встановлювати контакт, підтримувати взаємодію й адекватно реагувати на емоційні стани інших. Одним із провідних чинників є рівень емоційного інтелекту, який охоплює здатність до саморегуляції, усвідомлення

власних переживань, розпізнавання невербальних сигналів співрозмовника та управління емоційною експресією. Старшокласники з високим емоційним інтелектом легше налагоджують комунікацію, упевненіше презентують себе, гнучкіше реагують на зміни ситуації та точніше тлумачать емоційні прояви інших людей [65, с. 1].

Важливим емоційно-особистісним фактором є самооцінка, яка визначає стиль і якість комунікативної поведінки. Висока самооцінка сприяє відкритості, упевненості у висловлюваннях, вільному використанню жестів та підтриманню зорового контакту. Натомість учні з низькою самооцінкою говорять тихіше, частіше використовують закриті пози, уникають прямого погляду й нерідко мають труднощі у відстоюванні власної позиції. Це ускладнює їхню участь у дискусіях, формуванні соціальних зв'язків та розвитку комунікативної компетентності [70, с. 94].

Мотивація спілкування також відіграє суттєву роль у комунікативному розвитку старшокласників. У цьому віці вона пов'язана з прагненням бути прийнятим у групі, потребою у соціальному визнанні, бажанням до самовираження та інтересом до міжособистісних стосунків. Чим сильніше виражені ці мотиви, тим активніше підлітки вдосконалюють свої вербальні та невербальні навички, ініціюють взаємодію та експериментують із різними комунікативними стратегіями. Сукупність емоційно-особистісних факторів формує індивідуальний стиль спілкування старшокласників і визначає успішність їхнього включення в соціальні взаємодії [55, с. 192].

Соціальні фактори справляють багатовимірний вплив на розвиток вербального та невербального спілкування старшокласників, оскільки саме соціальне оточення формує норми поведінки, очікування, способи самопрезентації та стилі взаємодії. Важливу роль відіграє сімейне середовище: характер родинної комунікації визначає словниковий запас, інтонаційні моделі, емоційні реакції та загальний стиль міжособистісної взаємодії. Позитивні умови, такі як довіра, емоційна теплота й підтримка самовираження, сприяють відкритості та впевненості у спілкуванні; натомість

авторитарність, конфліктність або емоційна холодність можуть обмежувати розвиток вербальних і невербальних умінь.

Не менш значущими є стосунки з однолітками, які в старшому шкільному віці стають центральним соціальним ресурсом для формування комунікативних навичок. Саме однолітки задають норми поведінки, стилі мовлення, моделі самопрезентації, є реципієнтами та інтерпретаторами невербальних сигналів [46, с. 68].

Потужним сучасним фактором є медіапростір і соціальні мережі, які суттєво трансформують мовленнєву культуру та невербальну поведінку старшокласників. Вони формують стиль мовлення, особливості темпу та структури комунікації, моделі самопрезентації, естетику жестів і міміки, а також стандарти взаємодії у віртуальному та реальному середовищі. Старшокласники активно переймають медіамоделі поведінки, що впливає на їх вербальні структури (скорочення, кліше, інтернет-сленг) і невербальні прояви (пози, міміка, фото- і відеообрази). Сукупність цих соціальних чинників визначає індивідуальну траєкторію розвитку комунікативної компетентності та стиль соціальної поведінки учнів старшого шкільного віку.

Психологічні чинники відіграють визначальну роль у формуванні комунікативної компетентності старшокласників, оскільки саме внутрішні особистісні процеси зумовлюють ефективність вербальної та невербальної взаємодії. Важливе значення має стиль міжособистісного сприйняття та взаємодії: орієнтація на співпрацю, відкритість і довіру сприяє розвитку мовленнєвої активності, самовираження та здатності до діалогу, тоді як схильність до тривожності, невпевненості або домінування може обмежувати комунікативну ініціативу та ускладнювати взаєморозуміння. Суттєвим є рівень розвитку когнітивно-мовленнєвих процесів, зокрема здатність до формулювання думок, аргументації, інтерпретації змісту висловлювань та розуміння підтексту. Водночас важливу роль відіграють емоційні та соціально-перцептивні характеристики особистості: емпатія, емоційна чутливість, уміння розпізнавати невербальні сигнали та адекватно реагувати

на них. Окреме значення мають мотиваційні та рефлексивні компоненти, що забезпечують прагнення до спілкування, усвідомлення власної комунікативної поведінки та її корекцію відповідно до ситуації взаємодії. Сукупність цих психологічних чинників визначає рівень сформованості комунікативної компетентності та здатність старшокласників до ефективної міжособистісної взаємодії [63, с. 82].

Культурні та етнопсихологічні фактори суттєво впливають на формування комунікативної поведінки старшокласників, оскільки саме культурний простір визначає прийняті в суспільстві норми взаємодії, стилі спілкування та роль невербальних сигналів. Національні традиції, моделі ввічливості, соціальні норми та ставлення до відкритості чи стриманості формують специфіку мовлення, інтонацій, дистанції, жестикуляції та емоційної експресії. В українському культурному контексті характерними є емоційна відкритість, виразна жестикуляція, важливість тактильних контактів у неофіційному спілкуванні, а також висока чутливість до інтонаційних відтінків і невербальних нюансів. Сукупність цих етнопсихологічних особливостей визначає стиль комунікації українських старшокласників і впливає на те, як вони сприймають, інтерпретують і продукують вербальні та невербальні повідомлення [33, с. 14].

Особливості сучасного соціокультурного середовища України відіграють вирішальну роль у формуванні комунікативної поведінки старшокласників, адже саме зовнішні умови визначають емоційний фон взаємодії, стиль спілкування та потребу в нових комунікативних стратегіях. Воєнний стан, постійна інформаційна нестабільність, високий рівень стресу, трансформації в освітній системі та інтенсивна цифровізація створюють середовище підвищеної емоційної напруги. Це зумовлює збільшення тривожності, зміни у вираженні емоцій, обережнішу невербальну поведінку та потребу в посиленій невербальній підтримці – жестах турботи, спокійній інтонації, відкритій позі, що передають відчуття безпеки та довіри. Цифрове середовище, яке стало основним каналом взаємодії, формує нові моделі

комунікативних стратегій: швидкі реакції, емодзі як замінники емоцій, змінені правила дистанції та невербальної експресії. У цих умовах старшокласники змушені адаптувати свою вербальну і невербальну поведінку до нових реалій, що значною мірою впливає на темп, стиль і якість їхньої комунікації [35, с. 16].

Індивідуально-психологічні фактори охоплюють унікальні властивості особистості старшокласника – характер, тип сприймання, рівень емпатії, комунікативний стиль, інтереси, хобі та життєвий досвід, – які безпосередньо формують його спосіб вербальної й невербальної взаємодії. Саме ці індивідуальні особливості визначають специфіку мови тіла, інтонаційних відтінків, стилю мовлення, темпу комунікації та вибору комунікативних стратегій. Індивідуальні риси впливають на те, наскільки учень є відкритим, стриманим, емоційно експресивним чи аналітичним у спілкуванні, як він реагує на ситуації взаємодії та наскільки легко адаптується до різних комунікативних контекстів. Таким чином, сукупність індивідуально-психологічних характеристик формує неповторний стиль комунікації кожного старшокласника та визначає його здатність до ефективного соціального контакту [44, с. 1].

Формування вербальних та невербальних навичок спілкування у старшокласників є поліфакторним процесом. На нього впливають:

- біологічні та нейропсихологічні механізми (дозрівання мозку, темперамент);
- когнітивні процеси (мислення, пам’ять, рефлексія);
- емоційно-особистісні фактори (емоційний інтелект, самооцінка);
- соціальне середовище (родина, однолітки, медіапростір);
- психолого-педагогічні умови (стиль взаємодії, навчальні практики, позакласна діяльність);
- культурні впливи;
- індивідуально-психологічні особливості.

Комплексне врахування цих факторів є необхідним для створення ефективної системи підтримки та розвитку комунікативної компетентності старшокласників.

У першому розділі роботи було здійснено теоретичний аналіз проблеми розвитку вербального та невербального спілкування у дітей старшого шкільного віку.

З'ясовано, що старший шкільний вік є важливим етапом психічного та соціального розвитку особистості. У цей період відбувається активне формування самосвідомості, життєвих цінностей, світогляду та соціальної позиції молоді. Старшокласники прагнуть до самостійності, самовираження та визнання з боку оточення, що значною мірою реалізується через систему міжособистісного спілкування. Саме тому розвиток комунікативних умінь у цьому віці набуває особливої ваги.

У процесі аналізу наукових джерел встановлено, що спілкування є складним багатогранним процесом взаємодії людей, який включає обмін інформацією, організацію спільної діяльності та встановлення емоційних контактів. У психологічній науці виділяють дві основні форми спілкування – вербальну та невербальну. Вербальне спілкування реалізується за допомогою мовлення і виступає основним засобом передачі інформації, тоді як невербальне охоплює жести, міміку, інтонацію, пози, дистанцію між співрозмовниками та інші позамовні засоби, що доповнюють або підсилюють зміст висловлювання.

Розгляд теоретичних підходів до вивчення розвитку комунікативної сфери особистості засвідчив, що формування комунікативних умінь відбувається у процесі соціальної взаємодії, навчальної діяльності та міжособистісних відносин. Дослідники підкреслюють, що ефективне спілкування передбачає не лише володіння мовними засобами, а й уміння адекватно використовувати невербальні сигнали, розуміти емоційні стани співрозмовника та будувати продуктивну взаємодію.

Також встановлено, що на розвиток вербального та невербального спілкування старшокласників впливає низка чинників, серед яких важливе місце займають сімейне середовище, шкільне середовище, рівень розвитку мовлення, особистісні якості, комунікативний досвід та соціально-культурні умови. Значну роль у цьому процесі відіграє освітнє середовище, яке може сприяти формуванню комунікативної компетентності учнів через організацію різних форм спільної діяльності, тренінгів, дискусій та інтерактивних методів навчання.

Отже, проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що розвиток вербального та невербального спілкування є важливою складовою становлення особистості старшокласника. Формування комунікативних умінь сприяє успішній соціальній адаптації, розвитку міжособистісних відносин та підготовці молоді до майбутньої професійної діяльності. Отримані теоретичні результати стали підґрунтям для організації та проведення емпіричного дослідження, результати якого представлено у другому розділі роботи.

РОЗДІЛ 2

ПРАКТИЧНІ ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ВЕРБАЛЬНИХ І НЕВЕРБАЛЬНИХ НАВИЧОК СПІЛКУВАННЯ У СТАРШОКЛАСНИКІВ

2.1. Аналіз стану сформованості комунікативних умінь у сучасних учнів старшої школи

Сучасна українська школа функціонує в умовах глибоких соціальних, політичних і культурних трансформацій. Ці зміни істотно впливають на характер міжособистісної взаємодії старшокласників та рівень розвитку їхніх комунікативних умінь. Спілкування стає не лише необхідним інструментом навчально-пізнавальної діяльності, а й важливою складовою соціально-емоційної компетентності, яка визначає здатність підлітків будувати конструктивні стосунки, ефективно працювати в команді, презентувати свої ідеї та взаємодіяти в умовах невизначеності.

Аналіз стану сформованості комунікативних умінь є важливим етапом підготовки до експериментальної роботи, адже дозволяє виявити сильні та слабкі сторони вербальних і невербальних навичок старшокласників, визначити потреби учнів та напрями подальшої корекційно-розвивальної діяльності.

Комунікативні уміння старшокласників розглядаються як комплекс навичок, що забезпечують ефективне міжособистісне та соціальне спілкування. Вони включають:

- вербальні навички – здатність грамотно і логічно висловлювати думки, вести діалог, аргументувати позицію, структурувати висловлювання, добирати адекватні мовні засоби;
- невербальні навички – уміння керувати мімікою, жестами, інтонацією, позою, дистанцією; здатність розпізнавати емоції інших людей;

- соціальні навички – активне слухання, емпатія, толерантність, навички розв’язання конфліктів;
- метакомунікативні навички – здатність аналізувати власне спілкування, оцінювати його результативність, коригувати поведінку.

Рівень сформованості цих умінь впливає на успішність навчання, соціальну адаптацію, психологічне благополуччя й професійну орієнтацію.

Стан сформованості вербальних умінь у сучасних старшокласників. Аналіз наукових досліджень, опитувань учителів і практичних спостережень показує неоднорідність розвитку вербальної компетентності сучасних учнів старших класів.

1. Позитивні тенденції: зростає словниковий запас, пов’язаний із активним споживанням інформації з інтернету та соціальних мереж; старшокласники демонструють високу швидкість мовлення, уміння швидко будувати діалог; у підлітків формується індивідуальний мовний стиль, часто пов’язаний із субкультурними впливами; підвищується мотивація до участі в дискусіях, дебатах, шкільних проєктах.

2. Проблемні аспекти:

- Дефіцит логічності та структурованості висловлювань. Учні часто висловлюються емоційно, фрагментарно, не дотримуючись логічної послідовності;
- Переважання розмовного стилю та сленгу. Під впливом соціальних мереж зменшується культура літературного мовлення;
- Низький рівень аргументації. Учні часто оперують емоціями, а не фактами; труднощі виникають у побудові доказів;
- Слабко розвинені навички монологічного мовлення. Багато старшокласників уникають публічних виступів через страх оцінювання, невпевненість, низьку самооцінку;
- Недостатня здатність до критичного осмислення інформації.

Таким чином, розвиток вербальної комунікації старшокласників характеризується наявністю потенціалу, але демонструє очевидний запит на педагогічний супровід.

Стан розвитку невербальних навичок у старшокласників. Невербальне спілкування є провідним каналом передачі емоцій, внутрішнього стану та соціальних намірів. У старшокласників воно відіграє особливо важливу роль, оскільки допомагає: утвердитися у групі; створити бажаний імідж; підкреслити статус; передати симпатію чи антипатію; уникати прямих конфліктів.

Розвинені аспекти невербальної комунікації: старшокласники добре читають міміку й емоції однолітків; вони активно використовують жести та мову тіла у неформальному спілкуванні; висока чутливість до інтонації співрозмовника; виражена потреба у самопрезентації, що проявляється у зовнішньому вигляді, стилі одягу.

Недостатньо сформовані елементи: надмірна жестикуляція або, навпаки, скута постава через невпевненість; нерозуміння культурних норм невербальної поведінки (дистанція, тактильність, погляд); неузгодженість вербальних і невербальних сигналів, що свідчить про низький рівень рефлексії; труднощі контролю емоційної експресії, особливо у конфліктних ситуаціях; залежність від горизонтального оцінювання – старшокласники часто орієнтуються на реакцію однолітків, що впливає на їх невербальні прояви.

Соціальні аспекти комунікативних умінь старшокласників. Соціальні зміни та нові комунікаційні середовища суттєво трансформують характер спілкування підлітків.

Вплив цифрового середовища. Соціальні мережі формують особливий тип комунікації: скорочення повідомлень; домінування емоційних реакцій (емоджі, GIF-сигнали); поверхневість обговорень; зміщення акценту в бік візуальної самопрезентації. Це спричиняє зниження навичок живого діалогу, але водночас стимулює розвиток невербальних візуальних кодів.

Вплив групи однолітків. Група однолітків стає головним референтом. Старшокласники: переймають стиль мовлення; копіюють невербальні патерни; прагнуть відповідати груповим нормам; активно порівнюють себе з іншими. Це часто призводить до стандартних моделей комунікації, що не завжди сприяє розвитку індивідуальності.

Вплив сімейного виховання. Діти з демократичних та емоційно теплих сімей демонструють: кращі навички діалогу; менший рівень комунікативної тривожності; здатність до конструктивного конфлікту; зрозумілу мову тіла та контроль міміки. Авторитарне або байдужне виховання часто породжує: замкненість; труднощі у публічному мовленні; надмірне хвилювання; невротичні невербальні прояви.

Типові комунікативні труднощі старшокласників. На основі узагальнення психологічних досліджень можна виділити поширені труднощі:

Вербальні труднощі: невміння формулювати думку; слабка аргументація; порушення логіки висловлювання; боязнь публічних виступів; труднощі у веденні конструктивної дискусії.

Невербальні труднощі: неконтрольовані жести, «закриті» пози; уникання погляду; виражена емоційна напруга; неузгодженість мови тіла зі словами.

Соціально-комунікативні труднощі: конфліктність; недостатня емпатійність; труднощі в командній роботі; підвищена тривожність у соціальних ситуаціях.

Статистичні дані свідчать, що високий рівень комунікативної компетентності притаманний лише 38–45 % учнів старших класів, тоді як більшість демонструє середні показники, що потребують подальшого вдосконалення. Значна частина молоді, а саме близько 60 %, стикається з бар’єрами під час публічних виступів, а понад половина респондентів (52 %) відчуває труднощі з аргументацією власної позиції в ході дискусій. Важливим аспектом є також те, що у 40 % старшокласників спостерігається дисонанс між словесним вираженням та мовою тіла, при цьому переважна більшість (70 %)

перебуває під суттєвим впливом медіапростору, який диктує специфічні мовні манери та невербальні патерни. Наведені тенденції актуалізують потребу в системній психолого-педагогічній підтримці, спрямованій на стимулювання логічності та доказовості мовлення, корекцію невербальних проявів та опанування навичок самопрезентації. Пріоритетними завданнями у цій сфері є виховання емпатії, розвиток культури діалогічної взаємодії та формування здатності до інтерпретації емоційних сигналів співрозмовника. Реалізація цих цілей потребує впровадження інтерактивних методів навчання, зокрема комунікативних тренінгів, проєктної роботи, рольового моделювання та дискусійних панелей у безпечному та підтримувальному освітньому середовищі [34; 36; 59; 68].

Аналіз стану сформованості комунікативних умінь сучасних старшокласників свідчить про наявність значного потенціалу, але також і про численні труднощі, пов’язані з: впливом цифрової культури, соціальною нестабільністю, недостатньою структурованістю мовлення, слабким розвитком аргументації, труднощами у контролі невербальної поведінки. Розвиток вербальних і невербальних навичок потребує системного педагогічного супроводу.

2.2. Експериментальна робота з розвитку комунікативних навичок у старшокласників

З метою вивчення психологічних особливостей розвитку вербального та невербального спілкування у старшокласників було організовано експериментальне дослідження. Основним завданням емпіричної роботи стало визначення рівня сформованості комунікативної компетентності учнів старшого шкільного віку, а також апробація психологічних методів і засобів, спрямованих на її розвиток та оптимізацію.

Дослідження проводилося на базі закладу загальної середньої освіти. У дослідженні взяли участь учні старших класів віком 15–17 років. Загальна

кількість респондентів становила 25 осіб. Учасники дослідження брали участь у діагностичних процедурах добровільно.

Для досягнення поставленої мети було використано комплекс психодіагностичних методик, що дозволили оцінити різні аспекти комунікативної діяльності старшокласників, зокрема рівень розвитку вербального та невербального спілкування, комунікативні здібності та особливості міжособистісної взаємодії.

У процесі дослідження було застосовано такі методики:

1. Діагностика вербальних умінь

Тест розвитку логічного мовлення (додаток 1). Даний тест спрямований на визначення рівня сформованості логічного мислення та мовленнєвих умінь старшокласників. Основна мета методики полягає у виявленні здатності учнів послідовно та аргументовано висловлювати власні думки, будувати логічні судження та встановлювати причинно-наслідкові зв’язки у процесі мовлення.

У межах тестування учням пропонуються завдання, що передбачають аналіз різних ситуацій, формулювання відповідей на запитання, пояснення певних явищ або висловлення власного ставлення до запропонованих тверджень. При виконанні завдань оцінюються такі показники:

- логічність і послідовність викладу думки;
- структурованість відповіді;
- повнота аргументації;
- правильність використання мовних засобів;
- здатність до узагальнення та формулювання висновків.

Результати тесту дозволяють визначити рівень розвитку логічного мовлення учнів, який може характеризуватися як низький, середній або високий. Високий рівень свідчить про сформованість уміння чітко формулювати думки та логічно будувати висловлювання, тоді як низький рівень вказує на труднощі у структуруванні мовлення та аргументації.

Методика «Самовираження та самооцінка у процесі комунікації» (модифікований дискусійний тест – додаток 2). Дана методика спрямована на

дослідження особливостей самовираження, самооцінки та Я-концепції старшокласників у процесі комунікативної взаємодії. Її зміст адаптовано з урахуванням положень гуманістичної психології, зокрема ідей Абрахам Маслоу щодо ієрархії потреб особистості, а також уявлень про роль самосприйняття у регуляції поведінки.

Методика передбачає виконання завдань рефлексивно-дискусійного характеру, що спонукають учнів до усвідомлення власних комунікативних якостей, оцінки здатності до самовираження та аналізу власного досвіду міжособистісної взаємодії. У процесі виконання завдань респонденти не лише формулюють власну думку, але й відображають ставлення до себе як суб'єкта спілкування, що дозволяє виявити рівень сформованості їхньої Я-концепції.

Теоретичним підґрунтям методики є положення про взаємозв'язок комунікативної поведінки з мотиваційно-потребовою сферою особистості. Зокрема, здатність до відкритого самовираження, впевненість у висловлюванні власної позиції та незалежність від зовнішньої оцінки розглядаються як показники задоволення потреб у приналежності, повазі та самореалізації відповідно до ієрархії потреб Абрахам Маслоу.

У ході виконання методики оцінюються такі показники:

- рівень сформованості самооцінки у сфері спілкування;
- здатність до самовираження у комунікативних ситуаціях;
- впевненість у висловлюванні власної думки;
- ступінь залежності від оцінки оточення;
- рефлексивність (здатність аналізувати власну комунікативну поведінку).

За результатами виконання завдань визначаються рівні розвитку самовираження та самооцінки у процесі комунікації:

Високий рівень характеризується адекватною або позитивною самооцінкою, впевненістю у спілкуванні, відкритістю до самовираження та відносною незалежністю від зовнішніх оцінок, що свідчить про задоволення потреб у повазі та самореалізації.

Середній рівень проявляється у частковій впевненості, ситуативній залежності від думки інших та недостатній послідовності у самовираженні, що може вказувати на актуалізацію потреби у визнанні.

Низький рівень характеризується заниженою або нестійкою самооцінкою, труднощами у висловлюванні власної думки, високою залежністю від оцінки оточення та униканням активної комунікації, що свідчить про незадоволення базових соціально-психологічних потреб, зокрема потреби у безпеці та прийнятті.

Застосування даної методики дозволяє поглибити аналіз комунікативної компетентності старшокласників, доповнивши його вивченням внутрішніх психологічних механізмів, що визначають ефективність їхньої міжособистісної взаємодії.

2. Діагностика невербальних умінь

Спостереження за невербальною поведінкою у діалогах (додаток 3). Метод спостереження використовувався для вивчення особливостей невербальної поведінки учнів у процесі міжособистісного спілкування. Спостереження проводилося під час групових обговорень, виконання спільних завдань та навчальних дискусій.

У процесі спостереження аналізувалися такі прояви невербальної комунікації:

- міміка та вираз обличчя;
- жестикуляція;
- контакт очей;
- пози та рухи тіла;
- дистанція між співрозмовниками;
- інтонаційні особливості мовлення.

Особлива увага приділялася узгодженості вербальних і невербальних проявів у процесі спілкування. Отримані результати дозволили визначити рівень використання невербальних засобів комунікації та їхню роль у взаємодії старшокласників.

Тест на розуміння значення невербальної комунікації (додаток 4). Цей тест спрямований на визначення рівня розуміння учнями значення невербальних сигналів у процесі спілкування. Методика передбачає виконання завдань, пов'язаних з інтерпретацією різних невербальних проявів, зокрема жестів, міміки, пози тіла та інтонації.

Учасникам пропонуються запитання або ситуації, у яких необхідно визначити значення певних невербальних сигналів або обрати правильний варіант відповіді. Результати тестування дозволяють встановити, наскільки учні здатні розпізнавати емоційні стани співрозмовника та правильно інтерпретувати невербальні повідомлення.

За підсумками тесту визначаються три рівні розвитку розуміння невербальної комунікації:

- високий рівень – учні добре розпізнають невербальні сигнали та адекватно інтерпретують їх значення;
- середній рівень – учні частково розуміють невербальні прояви, але іноді допускають помилки у їх трактуванні;
- низький рівень – учні мають труднощі у розпізнаванні невербальних сигналів та їх значення у спілкуванні.

Застосування комплексу зазначених методик дозволило всебічно дослідити особливості розвитку вербальних та невербальних навичок спілкування старшокласників і визначити рівень сформованості їхньої комунікативної компетентності.

Таким чином, у процесі експериментальної роботи було здійснено комплексне дослідження рівня сформованості вербальних і невербальних навичок спілкування у старшокласників. Застосування комплексу діагностичних методик дозволило всебічно проаналізувати особливості комунікативної діяльності учнів, зокрема їхню здатність логічно та послідовно висловлювати власні думки, аргументувати свою позицію, а також розуміти та використовувати невербальні засоби спілкування у міжособистісній взаємодії.

Проведене дослідження дало змогу виявити індивідуальні особливості комунікативної поведінки старшокласників та визначити рівень розвитку їхньої комунікативної компетентності. Отримані емпіричні дані стали підґрунтям для подальшого аналізу ефективності сформованості вербальних і невербальних умінь спілкування у досліджуваних учнів.

З метою більш детального узагальнення результатів діагностики було здійснено їх кількісний та якісний аналіз. Це дозволило визначити рівні розвитку комунікативних навичок старшокласників, виявити характерні труднощі у процесі вербального та невербального спілкування, а також встановити особливості використання учнями різних комунікативних стратегій у міжособистісній взаємодії.

Проведене експериментальне дослідження дало змогу отримати емпіричні дані щодо рівня сформованості комунікативних умінь старшокласників, результати аналізу яких подано у наступному підрозділі.

2.3. Результати та аналіз ефективності проведеної роботи

З метою визначення рівня розвитку вербального та невербального спілкування у старшокласників було проведено аналіз результатів діагностичного дослідження. У дослідженні взяли участь 25 учнів старших класів. Для діагностики використовувалися методики, спрямовані на виявлення особливостей розвитку логічного мовлення, уміння аргументувати власну думку, а також здатності розуміти та використовувати невербальні засоби комунікації.

Отримані в ході дослідження дані відображають актуальний рівень розвитку комунікативної компетентності учнів старшої школи, зокрема особливості використання ними мовленнєвих засобів, здатність до побудови діалогу, а також рівень сформованості невербальної поведінки, що включає міміку, жести, інтонацію та інші засоби емоційного вираження. Водночас важливо враховувати, що показники, представлені у відсотковому

співвідношенні, самі по собі не дають повного уявлення про характер комунікативного розвитку особистості, а потребують глибшого осмислення з урахуванням вікових, соціально-психологічних та індивідуальних особливостей старшокласників.

Інтерпретація отриманих результатів здійснюється з урахуванням сучасних теоретичних підходів до розуміння комунікації, зокрема діяльнісного підходу, відповідно до якого спілкування розглядається як складний, багаторівневий процес, що включає мотиваційний, когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти. Це дозволяє аналізувати не лише рівень сформованості окремих умінь, але й їхню взаємодію у структурі цілісної комунікативної діяльності особистості.

Крім того, важливим є врахування специфіки сучасного соціально-психологічного контексту, в якому відбувається розвиток старшокласників. Активне використання цифрових технологій, зменшення кількості безпосередніх контактів, а також підвищене емоційне навантаження, пов’язане з соціальною нестабільністю, впливають на характер комунікативної поведінки учнів.

Таким чином, подальший аналіз емпіричних даних спрямований не лише на опис отриманих показників, але й на виявлення закономірностей розвитку вербального і невербального спілкування у старшокласників, визначення проблемних аспектів та обґрунтування необхідності їх цілеспрямованого формування в умовах освітнього процесу. Отримані результати дозволили визначити три рівні сформованості комунікативних умінь: високий, середній та низький.

Результати діагностики вербальних умінь

Таблиця 2.1. Результати тесту розвитку логічного мовлення

Рівень розвитку	Кількість учнів	Відсоток (%)
Високий	6	24 %
Середній	13	52 %
Низький	6	24 %
Усього	25	100 %

Результати діагностики розвитку логічного мовлення, представлені у таблиці 2.1, свідчать про те, що у більшості старшокласників (52%) сформованість вербальних умінь перебуває на середньому рівні. Це вказує на наявність базових мовленнєвих навичок, необхідних для здійснення повсякденного спілкування, зокрема здатності висловлювати власні думки, підтримувати діалог та брати участь у комунікативній взаємодії. Водночас недостатній рівень структурованості висловлювань і аргументованості відповідей свідчить про те, що ці уміння ще не набули достатньої зрілості та потребують подальшого розвитку.

Така тенденція може пояснюватися особливостями старшого шкільного віку, коли відбувається активне формування рефлексивного мислення та здатності до усвідомленого мовленнєвого самовираження. Учні вже володіють певним мовленнєвим досвідом, однак не завжди здатні ефективно організувати власне висловлювання відповідно до вимог конкретної комунікативної ситуації. Крім того, на розвиток логічного мовлення впливає рівень сформованості критичного мислення, уміння аналізувати інформацію та будувати причинно-наслідкові зв’язки.

Високий рівень розвитку логічного мовлення, зафіксований у 24% учнів, свідчить про достатній рівень сформованості комунікативної компетентності. Ці учні демонструють здатність до чіткого, послідовного й аргументованого викладу думок, що є показником розвиненого мовлення, логічного мислення та навичок самоконтролю. Вони більш ефективно орієнтуються в ситуаціях спілкування, здатні адаптувати свої висловлювання до умов комунікації та досягати поставленої мети спілкування.

Водночас наявність 24% учнів із низьким рівнем розвитку логічного мовлення вказує на існування певних труднощів у значної частини старшокласників. Для цих учнів характерними є обмежений словниковий запас, труднощі у формулюванні думок, порушення логічної послідовності висловлювання та недостатня здатність до аргументації. Ймовірними причинами таких результатів можуть бути недостатня мовленнєва практика,

низький рівень читацької культури, а також обмежені можливості для активного вербального самовираження у навчальному процесі.

Крім того, слід враховувати вплив сучасного інформаційного середовища, зокрема поширення цифрових форм комунікації, які часто передбачають спрощені, фрагментарні висловлювання. Це може негативно позначатися на розвитку навичок розгорнутого, логічно структурованого мовлення.

Загалом отримані результати свідчать про те, що рівень розвитку логічного мовлення у старшокласників є неоднорідним і потребує цілеспрямованої педагогічної підтримки. Особливої уваги потребує розвиток умінь аргументованого висловлювання, логічного структурування думок, розширення словникового запасу та формування навичок критичного мислення, що є необхідною умовою ефективної комунікативної діяльності.

Результати дослідження за методикою «Самовираження та самооцінка у процесі комунікації»

З метою виявлення особливостей самовираження та самооцінки у процесі комунікації старшокласників було проведено діагностику за модифікованою методикою рефлексивно-дискусійного характеру. Отримані результати дали змогу визначити рівень сформованості Я-концепції учнів у сфері спілкування та окреслити загальні тенденції комунікативної поведінки.

Результати розподілу учнів за рівнями подано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2. Самовираження та самооцінка у процесі комунікації

Рівень сформованості	Кількість учнів	Відсоток
Високий	7	26,9 %
Середній	11	42,3 %
Низький	8	30,8 %
Усього	26	100 %

Аналіз отриманих даних свідчить, що найбільша частка старшокласників (42,3 %) має середній рівень сформованості самооцінки та самовираження у процесі комунікації. Такі учні загалом здатні до вербалізації власної думки, однак їхня комунікативна впевненість є нестійкою та значною мірою залежить від ситуаційних факторів і зовнішньої оцінки.

Високий рівень (26,9 %) притаманний учням із позитивною або адекватною самооцінкою, достатньо сформованою Я-концепцією та високою комунікативною впевненістю. Вони вільно висловлюють власну позицію, аргументують її та демонструють відносну незалежність від оцінок оточення.

Низький рівень (30,8 %) характерний для респондентів, які мають труднощі у самовираженні, проявляють невпевненість у спілкуванні та схильність до уникання активної комунікативної взаємодії. Їхня самооцінка є нестійкою або заниженою, що зумовлює підвищену залежність від зовнішнього оцінювання.

Узагальнення результатів свідчить про переважання середнього та низького рівнів сформованості комунікативної самооцінки, що актуалізує необхідність цілеспрямованої психолого-педагогічної роботи щодо розвитку впевненості у спілкуванні, формування адекватної самооцінки та зміцнення позитивної Я-концепції старшокласників.

Результати діагностики невербальних умінь

Таблиця 2.3. Результати спостереження за невербальною поведінкою у діалогах

Рівень розвитку	Кількість учнів	Відсоток (%)
Високий	5	20 %
Середній	14	56 %
Низький	6	24 %
Усього	25	100 %

Результати спостереження за невербальною поведінкою старшокласників у діалогах, представлені у таблиці 2.3, свідчать про те, що більшість учнів (56%) має середній рівень сформованості невербальних умінь. Це означає, що учні використовують жести, міміку, інтонацію та інші невербальні засоби у процесі спілкування, однак їх застосування є недостатньо усвідомленим, ситуативним і не завжди відповідає змісту висловлювання або комунікативній ситуації.

Такий рівень розвитку свідчить про часткову сформованість невербальної складової комунікації: з одного боку, учні володіють базовими навичками емоційного вираження, а з іншого — не завжди здатні ефективно

контролювати та регулювати власну поведінку у процесі взаємодії. Це може бути пов’язано з недостатнім розвитком емоційного інтелекту, зокрема здатності розпізнавати власні емоції та емоції співрозмовника, а також із труднощами саморегуляції.

Високий рівень розвитку невербальних умінь, зафіксований у 20% учнів, свідчить про сформованість у них здатності до ефективного використання невербальних засобів комунікації. Такі учні демонструють адекватну міміку, виразну інтонацію, підтримують зоровий контакт, використовують жести відповідно до змісту мовлення, що значно підвищує ефективність їхньої комунікативної взаємодії. Вони краще орієнтуються у соціальних ситуаціях, виявляють емпатію та здатність до налагодження міжособистісних контактів.

Водночас наявність 24% старшокласників із низьким рівнем розвитку невербальних умінь свідчить про певні труднощі у значної частини учнів. Для них характерною є невпевненість у спілкуванні, обмежене використання жестів і міміки, уникнення зорового контакту або невідповідність невербальних проявів змісту висловлювання. Це може призводити до непорозумінь у процесі спілкування та знижувати ефективність комунікації.

Ймовірними причинами таких результатів є як індивідуально-психологічні особливості учнів (сором’язливість, підвищена тривожність, невпевненість у собі), так і вплив сучасного соціального середовища. Зокрема, значна частина комунікації старшокласників відбувається в онлайн-просторі, де невербальні засоби або обмежені, або замінені умовними символами (емодзі, скорочення тощо), що знижує рівень сформованості реальних навичок невербальної взаємодії.

Загалом отримані результати свідчать про те, що розвиток невербальних умінь у старшокласників є нерівномірним і потребує цілеспрямованого педагогічного впливу. Особливої уваги потребує формування навичок усвідомленого використання невербальних засобів, розвиток емоційного інтелекту, емпатії та здатності до саморегуляції, що є важливою складовою ефективної комунікативної діяльності..

Таблиця 2.4. Результати тесту на розуміння значення невербальної комунікації

Рівень розвитку	Кількість учнів	Відсоток (%)
Високий	6	24 %
Середній	13	52 %
Низький	6	24 %
Усього	25	100 %

Аналіз результатів тесту на розуміння значення невербальної комунікації, представлених у таблиці 2.4, свідчить про те, що більшість старшокласників (52%) має середній рівень сформованості здатності до інтерпретації невербальних сигналів. Це означає, що учні загалом здатні розпізнавати базові емоційні прояви співрозмовника, такі як радість, сум, здивування чи невдоволення, однак у більш складних або неоднозначних комунікативних ситуаціях можуть припускатися помилок у трактуванні жестів, міміки чи інтонаційних відтінків.

Такий рівень розвитку свідчить про часткову сформованість соціально-перцептивних умінь, які є важливою складовою комунікативної компетентності. Учні здатні орієнтуватися в елементарних емоційних сигналах, проте не завжди враховують контекст спілкування, індивідуальні особливості співрозмовника або поєднання різних невербальних проявів, що може призводити до неточностей у розумінні змісту комунікації.

Високий рівень розуміння невербальних сигналів, зафіксований у 24% учнів, свідчить про добре розвинені навички соціального сприймання, емпатії та емоційного інтелекту. Такі старшокласники здатні точно інтерпретувати емоційні стани співрозмовника, враховувати контекст ситуації та адекватно реагувати на невербальні прояви, що забезпечує ефективність їхньої міжособистісної взаємодії. Вони краще розуміють прихований зміст повідомлень і можуть більш гнучко будувати комунікативну поведінку.

Водночас наявність 24% учнів із низьким рівнем розвитку даного уміння свідчить про значні труднощі у розпізнаванні та інтерпретації невербальних сигналів. Для цих учнів характерним є нерозуміння емоційного стану співрозмовника, неправильне трактування жестів і міміки або ігнорування

невербальних компонентів спілкування загалом. Це може призводити до непорозумінь, конфліктів та зниження ефективності комунікації.

Ймовірними причинами таких результатів є недостатній рівень розвитку емоційного інтелекту, обмежений досвід безпосередньої міжособистісної взаємодії, а також вплив сучасного цифрового середовища, у якому значна частина комунікації відбувається без повноцінного невербального супроводу. Крім того, важливу роль відіграють індивідуально-психологічні особливості учнів, зокрема рівень емпатії, соціальної чутливості та комунікативної активності.

Загалом отримані результати свідчать про те, що здатність до розуміння невербальної комунікації у старшокласників сформована на середньому рівні та потребує подальшого розвитку. Особливої уваги потребує формування навичок інтерпретації емоційних станів, врахування контексту спілкування, розвиток емпатії та соціальної спостережливості, що є необхідною умовою ефективної комунікативної діяльності.

У процесі дослідження було використано комплекс методик, що дозволили діагностувати рівень розвитку вербальних і невербальних навичок спілкування. Зокрема, для оцінювання вербальних умінь застосовувалися тест розвитку логічного мовлення та методика визначення уміння аргументувати власну думку. Для дослідження невербальних аспектів комунікації використовувалися метод спостереження за невербальною поведінкою у діалогах та тест на розуміння значення невербальної комунікації.

Результати проведеного дослідження показали, що більшість старшокласників має середній рівень розвитку комунікативних умінь. Учні загалом здатні висловлювати власні думки, підтримувати діалог та частково використовувати невербальні засоби спілкування. Водночас у частини учнів виявлено труднощі у логічному структуруванні висловлювань, аргументації власної позиції, а також у розумінні та використанні невербальних сигналів у процесі міжособистісної взаємодії.

Отримані результати свідчать про необхідність подальшого розвитку комунікативної компетентності старшокласників, зокрема формування культури мовлення, розвитку уміння аргументовано висловлювати власну думку та вдосконалення навичок використання невербальних засобів комунікації. Проведене дослідження підтверджує важливість системної психолого-педагогічної роботи, спрямованої на розвиток ефективного спілкування у старшокласників.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі було здійснено теоретичне та практичне дослідження проблеми розвитку вербального та невербального спілкування у дітей старшого шкільного віку.

У процесі аналізу наукової літератури з'ясовано, що спілкування є важливою складовою соціальної взаємодії людини та виступає одним із ключових чинників розвитку особистості. Воно забезпечує обмін інформацією, встановлення міжособистісних контактів, формування соціального досвіду та розвиток емоційної сфери. У психології прийнято розрізняти вербальні та невербальні засоби спілкування, які взаємодоповнюють один одного та забезпечують ефективність комунікативного процесу.

Встановлено, що старший шкільний вік є важливим етапом становлення особистості, який характеризується активним розвитком самосвідомості, формуванням життєвих цінностей, світогляду та соціальної позиції. У цей період значно зростає роль міжособистісного спілкування, що пов'язано з потребою старшокласників у самовираженні, самоствердженні та встановленні соціальних контактів. Саме тому розвиток комунікативних умінь, зокрема вербальних і невербальних, набуває особливого значення для успішної соціалізації молоді.

У теоретичній частині роботи було розкрито сутність понять «вербальне спілкування» та «невербальне спілкування», проаналізовано основні підходи до вивчення комунікативної сфери особистості та визначено чинники, що впливають на формування комунікативної компетентності старшокласників. До таких чинників належать особливості сімейного виховання, соціальне середовище, рівень розвитку мовлення, індивідуально-психологічні особливості особистості, а також умови навчально-виховного процесу.

У практичній частині роботи було проведено експериментальне дослідження рівня розвитку вербальних та невербальних комунікативних

умінь у старшокласників. Для діагностики використовувався комплекс методик, спрямованих на визначення рівня розвитку логічного мовлення, уміння аргументувати власну думку, а також здатності розуміти та використовувати невербальні засоби комунікації у процесі міжособистісної взаємодії.

Результати проведеного дослідження показали, що більшість старшокласників має середній рівень розвитку комунікативних умінь. Учні здатні висловлювати власні думки, брати участь у діалогах та частково використовувати невербальні засоби спілкування. Водночас у частини учнів виявлено труднощі у логічному структуруванні висловлювань, аргументації власної позиції, а також у правильному розумінні та використанні невербальних сигналів у процесі спілкування.

Отримані результати свідчать про необхідність подальшого розвитку комунікативної компетентності старшокласників. Особливої уваги потребує формування культури мовлення, розвиток уміння аргументовано висловлювати власну думку, а також удосконалення навичок використання невербальних засобів комунікації.

Проведене дослідження підтверджує важливість цілеспрямованої психолого-педагогічної роботи щодо розвитку вербального та невербального спілкування у старшокласників. Використання інтерактивних методів навчання, групових обговорень, дискусій, рольових ігор та тренінгових занять сприяє формуванню комунікативних умінь, розвитку емоційної чутливості та підвищенню ефективності міжособистісної взаємодії.

Отже, мету дослідження досягнуто, а поставлені завдання виконано. Результати роботи можуть бути використані у практиці діяльності психологів, педагогів та класних керівників для організації роботи, спрямованої на розвиток комунікативної компетентності старшокласників.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко А.О. Соціально-психологічні особливості перфекціонізму як особистісної якості. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. 2023. № 1. С. 3–11. DOI: https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-1-1

2. Балабушка Є.О., Ольховецький В.С., Ольховецький С.М., Потапчук Н.Д. Педагогічна психологія: Навчальний посібник. МОН України, Уманський держ. пед. у-тет імені Павла Тичини ; уклад. Потапчук Н.Д., Ольховецький В.С., Балабушка Є.О., Ольховецький С.М. Умань : ВПЦ «Візаві». 2022. 222 с.

3. Барболін І.С. Ціннісно-смислова сфера як ключовий структурний компонент особистості підлітків з тяжкими порушеннями мовлення. *Габітус*. 2025. Вип. 78. Т. 1. С. 36–40. DOI: https://doi.org/10.32782/habitus.78.1.6

4. Бернс Р. Розвиток концепції «Я» підлітків. К. 2013. 388 с.

5. Бех І.Д. Психологічні джерела виховної сили педагога : навч. посіб. Київ : Слово, 2012. 448 с.

6. Бєлякова С.М., Шовкова К.О. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. Молодий вчений. 2018. № 5 (57). С. 454-458.

7. Біда В.М. Вербальна та невербальна комунікація : [методичний матеріал]. Всеосвіта. URL: https://vseosvita.ua/library/verbalna-ta-neverbalna-komunikatsiia-858307.html

8. Бікус О.О., Волошина В.В. Теоретичні засади формування комунікативної компетенції у підлітковому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2015. Вип. 1(46).С. 17-23.

9. Богдан І.І. Психологічні особливості застосування вербальних і невербальних засобів у діловому спілкуванні. *Наукові інновації та передові*

технології. 2024. № 12 (40). С. 1440–1451. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-12(40)-1440-1451

10. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи: монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.

11. Бучма В.В., Дзюбко Л.В. Формування навичок ефективної взаємодії в учнів підліткового віку. *Габітус*. 2025. Вип. 71. С. 111–117. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.19

12. Варій М.Й., Психологія спілкування: навчальний посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2017. 288с.

13. Вечерок О.М., Трусова Л.В., Скальська С.А. Невербальна комунікація в контексті міжкультурного спілкування. *Реалії, проблеми та перспективи вищої медичної освіти : збірник наукових праць*. Полтава : ПДМУ, 2021. С. 48–50. URL: https://repository.pdmu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/bb194f1-f76d-4b84-ae08-9b3fc37380cb/content

14. Волкова О.В. Формування комунікативних навичок у юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології*. 2023. Вип. 9. С. 33-45.

15. Волченко Л.М. Особливості невербальної комунікації у діяльності вчителя та проблема ефективності уроків у режимі онлайн-навчання. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2020. № 3(53), Т. 1. С. 48–61. DOI: https://doi.org/10.33216/2219-2654-2020-53-3-1-48-61

16. Галузяк В. Розвиток емпатії в учнів підліткового віку. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія*. 2020. № 62. С. 210–219. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nzvdpu_pp_2020_62_38

17. Григор’єва В. Методи розвитку невербальних засобів комунікації студента-хормейстера в класі диригування. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки*. 2020. Вип. 1. С. 233–242. DOI: https://doi.org/10.31494/2412-9208-2020-1-1-233-240

18. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції. Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с. https://sociology.knu.ua/uk/library/psihologiya-ya-koncepciyi-monografiya

19. Дейнеко О.А. Діалог у міжособистісній взаємодії. Одеса : Астропрінт, 2022. 170 с.

20. Дмитрієва С.В. Особливості вербальної взаємодії. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. № 1 (45). С. 102-115.

21. Дорошенко О.А. Діагностика комунікативних умінь. Київ : Знання, 2022. 230 с.

22. Еріксон Е. Дитинство і суспільство / пер. з англ. О. Хома. Київ : Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2002. 416 с.

23. Заболотна І.В. Невербальні засоби спілкування. *Психологія і суспільство*. 2022. № 3. С. 45-58.

24. Ковалинська І.В. Невербальна комунікація : монографія. Київ : Освіта України, 2014. 289 с. https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/4631/1/I_Kovalynska_NC_GI.pdf

25. Кожем'ятко А.Д. Формування комунікативної компетентності учнів старшої школи. *Експертна думка*. 2025. № 3. С. 217-226. URL: http://expert-opinion.pp.ua/isst/article/view/304

26. Колбасова Х.В. Невербальний інтелект як засіб формування основних компетентностей дітей старшого дошкільного віку з кохлеарними імплантами. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2023. № 2 (89). С. 25–30. DOI: https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-2(89)-25-30

27. Коробка Д.О. Особливості невербальної комунікації. *Психологічний журнал*. 2023. № 2. С. 112-124.

28. Косташ В. Психологічні особливості комунікативних здібностей підлітків. *Збірник наукових праць студентів факультету педагогіки і психології*. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2022. С. 112–114. http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/11254/1/46Kosta%C5%A1.pdf

29. Кроки по життю : метод. посібник для виховної роботи з учнями 9–10 класів з питань профілактики негативних явищ та підтримки психосоціального здоров'я молоді України / А.В. Калініна, В.С. Петрович, А.В. Рясна та ін. ; за заг. ред. А.В. Калініної. Київ, 2021. 345 с. URL: http://kucprppkmr.od.gov.ua/wp-content/uploads/2026/01/Kroky-po-zhyttyu-1.pdf

30. Кулі Ч.Л. Людська природа і соціальний порядок / пер. з англ. С. Губарай. Київ : Основи, 2003. 396 с. https://ilspin.vuia.cx.ua/articles/priroda-socialnogo-porjadku.html

31. Курило О.Й., Розман І.І. Вербальні та невербальні аспекти культури спілкування. *Молодий вчений*. 2017. № 4.3 (44.3). С. 114–118. http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2017/4.3/28.pdf

32. Курова А.В. Психологія спілкування [Електронний ресурс] : електрон. метод. рекомендації до курсу «Психологія спілкування» для здобувачів першого (бакалавр.) рівня вищої освіти спец. 053 «Психологія» / уклад. А. В. Курова. Одеса : ОНУ імені І. І. Мечникова, 2023. 86 с. http://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni_materialy/metodychne_zabezpechennya/053_bakalavr/mr_psykhologiya_spilkuvannya.pdf

33. Курова А.В. Лекційний матеріал для здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни «Психологія спілкування». Одеса : НУ «ОЮА», 2019. 26 с. https://fpk.in.ua/images/biblioteka/4bac_finan/Kurova-A.V.-Psykholohiya-spilkuvannya.pdf

34. Кучеренко І.А., Мамчур Л.І. Формування комунікативної компетентності учнів: психолінгводидактичний аспект. *Освітня аналітика України*. 2023. № 1 (22). С. 108–122. DOI: https://doi.org/10.32987/2617-8532-2023-1-108-122.

35. Литвин В.В. Ціннісні орієнтації та спілкування : автореф. дис. канд. психол. наук. Київ, 2022. 24 с.

36. Луценко С.П. Формування комунікативної спрямованості. *Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка*. 2023. № 1. С. 78-90. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VNUCZUDU_2014_2_3

37. Максименко С.Д. Загальна психологія. Видання 3є, перероблене та доповнене. Навчальний посібник. К.: Центр учбової літератури, 2021. 272 с. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/738699/1/Загальна_психологія_Максименко_2021%20%281%29.pdf

38. Малхазов О.Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 215 с. https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/09/mono-malkhazov-2022.pdf

39. Маслоу А. Мотивація і особистість / пер. з англ. М. Олійник. Київ : Основи, 2007. 352 с.

40. Матвієнко Н. М. Психологія міжособистісного спілкування. Київ : Сфера, 2022. 160 с.

41. Михальчук Ю.О. Вербальні, паравербальні та невербальні засоби спілкування психолога-консультанта. *Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука. Серія: Педагогіка та психологія*. 2025. № 3. С. 87-98. DOI: https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-3-28

42. Мойсеєва О.Є. Соціальні чинники вербального та невербального спілкування. *Актуальні проблеми психології*. 2021. Вип. 9. С. 33-45.

43. Мусієнко Д.О. Психологія взаємодії. Суми : Вид-во СДПУ, 2022. 190 с.

44. Невербальне спілкування: поради батькам. Розвиток дитини. URL: https://childdevelop.com.ua/articles/psychology/1839/

45. П'янкова Г.В. Діагностичні методики оцінки рівня комунікативних умінь підлітків середнього шкільного віку. *Актуальні проблеми психології. Т. 12. Психологія творчості*. 2014. Вип. 15. Ч. 1. С. 343–350. http://appsychology.org.ua/data/jrn/v12/i15/i/46.pdf

46. Павельчук І.О. Розвиток комунікативних навичок у старшій школі. *Молодий вчений*. 2023. № 1.1 (113.1). С. 65–68. DOI: https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-113.1-16

47. Пасічник В.А. Індивідуальні особливості комунікативних стилів. Київ : Логос, 2022. 240 с.

48. Піаже Ж. Психологія інтелекту / пер. з фр. В. Кушніренко. Київ : Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2004. 248 с.

49. Подібність і відмінність вербальної і невербальної комунікацій [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: https://stud.com.ua/60902/psihologiya/verbalna_neverbalna_komunikatsiya

50. Роджерс К. Становлення особистості: погляд на психотерапію / пер. з англ. І. Іванова. Київ : Либідь, 1997. 256 с.

51. Рожко Г.В. Урок «Вербальні та невербальні засоби спілкування, їх характеристика» : [методична розробка]. На Урок : освітній проект. 2018. URL: https://naurok.com.ua/urok-verbalni-ta-neverbalni-zasobi-spilkuvannya-h-harakteristika-39433.html

52. Романишин Н. Теоретичний аналіз проблеми невербальних засобів комунікації як умови формування комунікативної діяльності дошкільників з загальним недорозвитком мовлення. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2024. Вип. 77, том 2. С. 286–292. DOI: https://doi.org/10.24919/2308-4863/77-2-42

53. Романчук І.М. Особистісні детермінанти спілкування. Чернігів : Вид-во ЧНПУ, 2023. 205 с.

54. Савченко О.Ю. Розвиток вербальних та невербальних засобів спілкування : методичний матеріал. Всеосвіта : бібліотека методичних матеріалів. 2020. 28 квіт. URL: https://vseosvita.ua/library/rozvitok-verbalnih-ta-neverbalnih-zasobiv-spilkuvanna-260058.html

55. Семенова А. Особливості формування я-концепції підлітків. *Psychology Travelogs*. № 2. 2021. 191–198. https://doi.org/10.31891/PT-2021-2-17

56. Серга О.О., Красвська Т.О. Психологічні особливості прояву комунікативних навичок у підлітків, які знаходяться на індивідуальному навчанні. *Збірник наукових праць*. 2020. С. 236–240. https://docs.academia.vn.ua/bitstream/handle/123456789/421/%D0%B7%D0%B1

%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_30_10_2020-236-240.pdf?sequence=1&isAllowed=y

57. Славіна Н.С. Психологічне консультування : навч.-метод. посіб. 3-тє вид., переробл. та доповн. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О. В., 2022. 180 с. URL: http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/6848

58. Сутність і засоби невербальної комунікації. Studentam.net.ua : курсові та дипломні роботи. URL: http://studentam.net.ua/content/view/3467/97/

59. Тарасюк Л.М. Вербальне та невербальне спілкування в сучасних умовах. *Український стоматологічний альманах*. 2023. № 3. С. 102-115.

60. Ткаченко Д.В. Механізми сприйняття невербальних сигналів. Київ : Наукова думка, 2021. 280 с.

61. Філоненко М.М. Психологія спілкування : підруч. для вищ. навч. закл. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 240 с.

62. Фучеджи Л.С. Психологічні чинники розвитку емоційного інтелекту підлітків із неповних сімей : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Фучеджи Лариса Степанівна ; Держ. закл. «Південноукраїнський нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». Одеса, 2021. 235 с. URL: https://repo.odmu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/5338/Fuchedzhi.pdf

63. Фучеджі В.Д., Аванесова І.Н., Ключко А.А. Характерні особливості розуміння невербального спілкування в повсякденному житті. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 82–84. https://repo.odmu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/5338/Fuchedzhi.pdf?sequence=1

64. Черниш О.І. Комунікація як фактор соціальної адаптації. Івано-Франківськ : ПНУ, 2021. 190 с.

65. Чернушенко Т. І. Лідерство. Тренінг 11. Вербальне та невербальне спілкування : [методичний матеріал]. Всеосвіта. URL: https://vseosvita.ua/library/liderstvo-trening-11-verbalne-ta-neverbalne-spilkuvanna-908405.html

66. Шевчук Л. М. Формування навичок ефективного спілкування. *Психологічні перспективи*. 2023. Вип. 1. С. 25-38.

67. Шеремета В. Ю. Соціальні функції довіри. *Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ, 2020. Т. IX, ч. 1. С. 468.

68. Шулдик А. В. Психологічні особливості ефективного спілкування підлітків та батьків. *Вчені записки Університету «КРОК».* 2025. № 4 (80). С. 453–459. URL: https://snku.krok.edu.ua/index.php/vcheni-zapiski-universitetu-krok/article/view/1188/1177

69. Юдіна Н. О. Особливості мотивації спілкування у підлітків з різним типом комунікативного реагування. *Психологія і особистість*. 2020. № 2 (18). С. 177–188. DOI: https://doi.org/10.33989/2226-4078.2020.2.211920

70. Яшенкова О.В. Основи теорії мовної комунікації: навч. посібник. Київ: Академія, 2020. 312 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk/sk756619.pdf

ДОДАТКИ

Додаток 1

Тест розвитку логічного мовлення

Мета методики: визначення рівня розвитку логічного мислення та здатності учнів послідовно й аргументовано висловлювати власні думки.

Інструкція для учнів:
Уважно прочитайте запитання та оберіть правильну відповідь або сформулюйте власну відповідь, якщо це передбачено завданням.

1. Що є причиною зміни пір року на Землі?
   а) рух Землі навколо Сонця
   б) обертання Землі навколо своєї осі
   в) зміна температури повітря
2. Оберіть правильне продовження логічного ряду:
   1, 3, 5, 7, …
   а) 8
   б) 9
   в) 10
3. Прочитайте твердження та поясніть його значення:
   «Знання – це сила».
4. Складіть коротке висловлювання (3–4 речення) на тему:
   «Чому важливо вміти спілкуватися з людьми».

Оцінювання результатів:

- високий рівень – відповіді логічні, послідовні, аргументовані;
- середній рівень – відповіді частково логічні, але недостатньо обґрунтовані;
- низький рівень – відповіді непослідовні, відсутня аргументація.

Додаток 2

Методика «Самовираження та самооцінка у процесі комунікації»

Мета методики: виявлення особливостей самовираження, рівня самооцінки та сформованості Я-концепції старшокласників у процесі комунікації, а також визначення зв'язку між комунікативною поведінкою та задоволенням соціально-психологічних потреб особистості.

Інструкція для учнів: Уважно прочитайте запитання та дайте розгорнуту відповідь. Намагайтеся відповідати щиро, висловлюючи власну думку та пояснюючи її. Правильних або неправильних відповідей немає — важливо, як саме ви думаєте і відчуваєте.

Завдання:

1. Чи легко тобі висловлювати власну думку під час спілкування з однокласниками? Поясни свою відповідь.
2. Як ти оцінюєш свої комунікативні здібності? Наведи приклади ситуацій, у яких ти відчуваєш себе впевнено або невпевнено.
3. Чи важливо для тебе, щоб інші люди підтримували або схвалювали твою думку? Чому?
4. У яких ситуаціях тобі найскладніше висловлювати свої думки? Поясни причини.
5. Як ти поводишся, якщо хтось не погоджується з твоєю думкою?

Критерії оцінювання: рівень сформованості самооцінки у сфері спілкування; здатність до відкритого самовираження; впевненість у висловлюванні власної думки; ступінь залежності від оцінки інших; рівень рефлексивності (усвідомлення власної поведінки); емоційна виразність та щирість відповідей.

Рівні оцінювання:

Високий рівень

- учень демонструє адекватну або позитивну самооцінку;
- вільно та впевнено висловлює власні думки;
- проявляє незалежність від оцінки інших;
- здатний до глибокої рефлексії;
- відкритий у комунікації.

Середній рівень

- самооцінка загалом адекватна, але нестійка;
- самовираження залежить від ситуації;
- присутня орієнтація на думку інших;
- рефлексія розвинена частково.

Низький рівень

- самооцінка занижена або нестійка;
- труднощі у висловлюванні власної думки;
- висока залежність від оцінки оточення;
- уникання активної комунікації;
- слабко розвинена рефлексія.

Додаток 3

Картка спостереження за невербальною поведінкою

Мета: виявлення особливостей використання невербальних засобів спілкування.

Під час спостереження фіксуються такі показники:

Показник	Так	Частково	Ні
Підтримує контакт очей під час розмови			
Використовує жести під час пояснення			
Виразна міміка			
Адекватна інтонація мовлення			
Упевнена поза під час спілкування			

Оцінювання результатів:

- високий рівень – активно використовує невербальні засоби;
- середній рівень – використовує їх частково;
- низький рівень – майже не використовує невербальні засоби спілкування.

Додаток 4

Тест на розуміння невербальної комунікації

Мета: визначення здатності учнів розпізнавати значення невербальних сигналів.

Інструкція:
Оберіть правильну відповідь.

1. Людина схрестила руки на грудях. Що це може означати?
   а) відкритість до спілкування
   б) захисну реакцію або недовіру
   в) радість
2. Якщо співрозмовник посміхається та дивиться у вічі, це може свідчити про:
   а) зацікавленість у розмові
   б) байдужість
   в) втому
3. Швидкий темп мовлення зазвичай означає:
   а) хвилювання або емоційність
   б) байдужість
   в) сум

Оцінювання:

- високий рівень – більшість відповідей правильні;
- середній рівень – допущено кілька помилок;
- низький рівень – значна кількість неправильних відповідей.